



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево  
Ф.В.Гайнуллина

## Меню на 09.03.2023г.

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,50
445,0	Котлеты мясные с томатным соусом	60\40	9,25	9,84	7,96	157,63
18,21	Картофельное пюре	200	4,4	6,77	29,5	196,91
420,06	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	Компот из замороженных фруктов	200	2,4	0,10	41,40	171,00
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>22,70</b>	<b>21,10</b>	<b>105,43</b>	<b>699,04</b>

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
26,00	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,50
445,0	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
18,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
07	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
27,0	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>22,53</b>	<b>21,81</b>	<b>100,40</b>	<b>684,56</b>

### Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского вноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
26,00	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,50
445,0	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
18,21	Картофельное пюре	200	4,4	6,77	29,5	196,91
07	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>21,59</b>	<b>20,60</b>	<b>111,84</b>	<b>714,94</b>

Повар: Гиндуллина А.В.