



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

## Меню на 23.12.2021г.

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
56,13	Борщ с капустой и картофелем	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
	<b>Итого</b>	<b>765</b>	<b>29,98</b>	<b>22,49</b>	<b>81,11</b>	<b>654,47</b>

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
56,13	Борщ с капустой и картофелем	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
39,0	Фрикадельки мясные	44	11	8	10	160
9,0	Салат из свежих огурцов	80	0,7	3,6	2,4	44,0
	<b>Итого</b>	<b>887</b>	<b>42</b>	<b>33</b>	<b>93</b>	<b>845</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
56,13	Борщ с капустой и картофелем	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>6,23</b>	<b>6,27</b>	<b>63,06</b>	<b>256,02</b>

Повар: Гиндуллина А.В



# Меню на 23.12.2021г.

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

## Завтрак (для обучающихся с ОВЗ)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>28,67</b>	<b>16,82</b>	<b>70,95</b>	<b>553,85</b>
<b>Обед</b>						
56,13	Борщ с капустой и картофелем	251/10	2,03	5,67	10,16	100,62
145,35	Котлеты с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
302	Каша гречневая вязкая с маслом	200/7	6,15	0,19	0,02	0,01
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69
<b>Итого за обед</b>		<b>1024</b>	<b>26</b>	<b>18,70</b>	<b>89,60</b>	<b>606,52</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1629</b>	<b>54,67</b>	<b>35,52</b>	<b>160,55</b>	<b>1160,37</b>

Повар:  Гиндуллина А.В