

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево

Меню на 22.10.2021

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ЕО19	Каша «Дружба» молочная с маслом	200/6	6,46	8,93	35,04	247,26
3	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Итого	515	15,57	22,44	71,65	554,26

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша «Дружба» молочная с маслом	200/6	6,46	8,93	35,04	247,26
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Итого	515	15,57	22,44	71,65	554,26

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша «Дружба» молочная с маслом	200/6	6,46	8,93	35,04	247,26
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Итого	515	15,57	22,44	71,65	554,26

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3	Суп гречихиный	250	5,91	4,55	19,49	142,91
	Котлеты кур	60/30	9,95	8,48	8,57	159,02
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Хлеб рж.	40	3,2	0,4	18,4	88
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
	компот	200	0,16	0,16	18,89	78,65
	Итого	820	34,20	30,67	128,67	927,46

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ЕО19	Каша «Дружба» молочная с маслом	200/6	6,46	8,93	35,04	247,26
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,26

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО