



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

Меню на 29.12.2021г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	558	21,36	22,26	88,82	669,56

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
9,0	Салат из свежих огурцов	80	0,70	3,60	2,40	44,0
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
38,59	Булочка	100	8,0	10,2	38,60	357,0
	Итого	735	28	38	126	1036

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
	Итого	450	20,9	16,06	78,92	569,68

Повар: Гиндуллина А.В.



Меню на 29.12.2021г.

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

Для обучающихся с ОВЗ

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,78	41,44	139,73
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Сок фруктовый в инд. упаковке 0,2	200	1	0,2	20,2	922
Итого		760	22,38	23,91	109,05	774,73
Обед						
53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	250/12,5	2,1	6,07	9,2	100,91
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано – пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за обед		842	30,04	26,21	112,25	816,44
Итого за день		1602	52,42	50,12	221,30	1591,22

Повар: *Гиндуллина А.В.* Гиндуллина А.В