

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Имянкулево

Г.Т. Муратова

МЕНЮ
с 5 -11кл. ММО
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки рыбные с томатными соусом	60		0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис припущенный	180		4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Чай с сахаром шк	200				9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10		2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			10,60	15,40	80,40	505,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,60	15,40	80,40	505,80

Повар: Сибэгатуллина Ф.Ф.

МЕНЮ
с 5 - 11 кл. ОВЗ, ДИ
ДЕНЬ 1



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Биточки рыбные с томатным соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕННОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕННОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис порционный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Чай с сахаром и...		200			9,10	39,90
чай -черный байловый	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПОРЦИОННЫЙ		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			10,60	15,40	80,40	505,80
ОБЕД						
Щи из свеклы капуста со сметаной		250/10	2,10	6,10	9,20	100,90
КАПУСТА БЕЛОКАЧНАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,60
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,40
МОРОЗЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕННОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,90
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,00
Макаронные изделия овальные с маслом		150/5	5,80	4,30	37,10	210,50
РОЖИТ ВЫСШ СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,20
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,30
Мясные котлеты приправленные томатным соусом		45/45	19,80	18,00	2,90	252,00
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОПУЛТР 1 КАТЕГОРИИ	106,7	59,75	10,9	9,3	0	127,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕННОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,10
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,50
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,125	0,95	0	0	0,1	0,40
МОРОЗЬ	3,375	2,7	0	0	0,2	0,90
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕННОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ НАСЛЕЙ ТХ 18 15,3		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб ржаной - пшеничный для детского питания	20	20	1,60	0,20	9,20	44,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,2	39,60
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		185	0,70	0,70	18,20	87,40
ЯБЛОКИ	186	186	0,7	0,7	18,2	87,40
			32,40	29,60	116,50	887,80
			43,00	45,00	197,00	1 373,00

Повар  Сибгатуллина Ф.Ф.

МЕТНО
с 8 - 11 кл., род. взнос

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Рис припущенный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО- СЛИВОЧНОЕ НЕКОСЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Биточки рыбные с томатным соусом (Б)		60	0,40	4,10	2,20	46,70
Биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,5	4,90
ПУК РЕЧНОЙ (Б)	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,30
Чай с сахаром и медом		200			9,10	36,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЛХОВСКИЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	36,70
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	61,90
			8,20	12,40	90,40	468,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			8,20	12,40	90,40	468,00

Подпись:  Обязательна Ф.И.





МЕНЮ
с 1 - 4 кл. (льготное питание)
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Рис припущенный		150	3,80	6,50	36,00	229,70
КРУПА РИСОВАЯ	52,5	52,5	3,6	0,5	37,7	169,50
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,30
МАСЛО СЛАДО- СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,3	8,3	0	6,6	0,1	60,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,3	110,3	0	0	0	0,00
бифидо-рыбные с томатным соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70
бифидо-рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,60
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,6	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Чай с сахаром шк		200			9,10	36,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	5,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПОРЦИОННЫЙ		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУТГЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	6,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 ГР	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			9,80	14,00	72,30	457,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			9,80	14,00	72,30	457,80

повар: *Сибгатуллина Ф.Ф.*





