

с.Рсаево

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
Гимазов А.Г.

Меню на 18. 1, 2023

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	155	5,82	4,31	37,08	210,5
445,3	Биточки мясные в томатном соусе	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
71,01	Сыр	10	2,63	2,66		35
	сок	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	715	23,42	19,57	103,63	689,93

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
283	Чай с сахаром	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
420,06	Хлеб пш.	200			9,98	39,9
445,3	Биточки мясные в томатном соусе	50	4	0,5	27,5	130
71,01	Сыр	10	2,63	2,66		35
	Сок	150	0,75	0,15	15,2	69
	Итого	716	25,11	19,52	110,99	737,03

Завтрак (для питающихся за счет родительского вноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
445,3	Биточки мясные в томатном соусе	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Итого					

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/