

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Садимгареева Г.З.



Меню на 10.09.2021 г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей, для обуч-ся нач.классов)

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
493,02	Каша молочная «Дружба» с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
282,11	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	ИТОГО	520/5	14,77	17,13	63,96	518,91

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
493,02	Каша молочная «Дружба» с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
282,11	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	400/5	8,86	7,22	63,83	355,81

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
493,02	Каша молочная «Дружба» с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
282,11	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
	ИТОГО	510/5	13,97	20,23	62,96	492,91

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
129,2	Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,47	Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,86	7,93	37,14	243,55
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского пит.	40	3,2	0,4	18,4	88
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
	ИТОГО	740	28,28	22,92	124,49	816,13

Повар /Янгирова Г.Р./



«утверждаю»
Директор школы:

Салимгареева Г.З.

Меню

10.09.2021

Завтрак

Каша пшенич молочн	-200
Какао с молоком	-200
Бутерброт с сыром	-40/10

II Завтрак

Йогурт -100

Обед

Салат из св капусты	-60
Суп молочный с вермиш	-200
Плов из курицы	-20
Сок фруктов	-200
Хлеб пшенич	-50

Полдник

Кыстыбый	- 200
Чай с молок	-200

