



Директор № 222 СОШ с.Аккузово
Гиндуллина



Меню на 01.12.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтра						
56,13	Борщ с капустой и картофелем	260	2	6	10	101
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110,1	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	10	0,80	7,3	0,1	66,10
41	Салат Студенческий	80	3	8,4	4,9	107
	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,00
	Итого	879,1	44,67	39,27	95,82	921,85

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
227,7	Запеканка из творога со сгущенным молоком	110,1	23,37	8,57	21,09	259,1
56,13	Борщ с капустой и картофелем	200				
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
41	Салат Студенческий	60	2,22	6,3	3,66	80,4
	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,00
	Итого	797,1	41,15	29,67	84,58	781,03

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
56,13	Борщ с капустой	260	2	6	10	101
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
41	Салат Студенческий	80	3	8,4	4,9	107
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,00
	Итого	634	20,00	22,9	62,38	537,9

Повар: Гиндуллина А.В