

Директор МБОУ СОШ с.Базитамас
Салимгареева Г.З. /



Меню на 25.11.2022 г (2 неделя, пятница)

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
15	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак		575	15	23	69	564
Итого за период		6367	271,15	339,36	1654,24	7192,12
Итого за период в среднем		637	27	34	165	719

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
15	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/7	6,48	0,29	0,05	0,06
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
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
Итого за Завтрак		627	16,49	16,56	43,14	378,06

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/7	6,48	0,29	0,05	0,06
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак		507	10,88	4,29	40,63	214,96

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

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
493,02	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/7	6,48	0,29	0,05	0,06
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
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
Итого за Завтрак		567	15,59	13,80	36,66	307,06
Обед						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
129,2	Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед		820	35,40	34,27	137,27	998,46

Повар  Янгирова Г.Р./

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ «Базаровский»
Санингареев И.З.

Меню на 25.11.2022
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделия (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич.	Вс. тален. С	№ рецепта
		1,5-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	(ккал.)		
День 5		150,4	200,5	8,8	9,1	35,5	260	0,2	302
Завтрак	Жидкая пшеничная молочная каша	150	200	1,8	1,8	9,15	58,5	0,26	663
	Каша с маслом	40/10	40/15	7,9	4,75	34,2	172	0,11	1
	Бутерброд с маслом		447,5	18,5	15,65	68,85	490,5	0,57	
	Итого на завтрак								
Обед	Салат из свекл. капусты	40	60	1,3	2,7	6,2	54	12,96	43
	Суп мясной с мезорыбным изделием	150	200	4,4	4,4	15,9	119	0,52	160
	Плов из курдюк	160	220	35,7	43,3	39	691	2,09	ГТК №6
	Сок фрукт.	160	200	1	0,2	20,2	4	4,09	
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,5	34,15	117,5	0,09	
	Итого на обед		830	49,55	54,6	116,65	1074,1	26,89	
Полдник	Кисельный с кашей	50	70	5,2	6,4	25,1	180	0,18	645
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,4	1,1	11,3	59	0,29	ГТК №263
	Итого на полдник		270	7,72	7,25	43,7	267,5	0,86	
Итого за день				75,77	77,5	229,2	1832,1	22,32	

Полар Гусманова З.Р.

[illegible]