



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево  
Ф.В.Гайнуллина

## Меню на 19.10.2021г.

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,40
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	674	21,35	28,33	90,32	625,86

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,40
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	634	20,61	24,95	85,94	574,95

### Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,40
	Итого	584	18,95	25,23	91,32	589,86

Повар:  Гиндуллина А.В.



# Меню на 19.10.2021г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с.Аккузево

 Ф.В.Гайнуллина

Для обучающихся с ОВЗ

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	200/7	6,15	0,19	0,02	0,02
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
<b>Итого</b>		<b>647</b>	<b>21,51</b>	<b>16,10</b>	<b>60,77</b>	<b>372,06</b>
<b>Обед</b>						
25,23	Салат из свеклы растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
66,63	Суп — лапша	200	2,22	4,23	12,49	97,08
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
<b>Итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>24,73</b>	<b>28,48</b>	<b>111,50</b>	<b>799,33</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1377</b>	<b>49,24</b>	<b>44,58</b>	<b>172,27</b>	<b>1171,39</b>

Повар:  Гиндуллина А.В