



МЕНЮ
с 1 - 4 кл. (льготное питание)

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
плов из мяса птицы (филе)		170	3,30	6,20	34,00	206,20
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА - БРОЙЛЕРА	59,588	59,588	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,143	10,2	0,1	0	0,8	4,10
МОРКОВЬ	12,75	10,2	0,1	0	0,7	3,50
КРУПА РИСОВАЯ	44,6	44,6	3	0,4	32	144,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,85	0,85	0	0	0	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,30
компот из свежих плодов		200	0,20	0,20	18,90	78,80
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
ЯБЛОКИ	45,4	45,4	0,2	0,2	4,3	20,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
АПЕЛЬСИН		200	1,70	0,40	15,70	83,40
АПЕЛЬСИН	200	200	1,7	0,4	15,7	83,40
			8,40	7,20	90,60	472,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			8,40	7,20	90,60	472,40

Повар: Сибгатуллина Ф.Ф.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Имянкулево
Г.Т.Муратова

МЕНЮ
с 5-11 кл. род. взнос
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
ЗАВТРАК 1						
плов из мяса птицы (филе) (Б)	200		4,10	7,40	39,90	242,80
филе птицы	70,1	70,1	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ (Б)	14,29	12	0,2	0	1	4,80
МОРКОВЬ (Б)	15	12	0,2	0	0,8	4,10
КРУПА РИСОВАЯ	52,47	52,47	3,6	0,5	37,6	169,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,06	7,06	0	6,9	0	61,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,82	2,82	0,1	0	0,5	2,80
компот из свежих плодов	200		0,20	0,20	18,90	78,80
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
ЯБЛОКИ	45,4	45,4	0,2	0,2	4,3	20,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
АПЕЛЬСИН	200		1,70	0,40	15,70	83,40
АПЕЛЬСИН	200	200	1,7	0,4	15,7	83,40
			9,20	8,40	96,50	509,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			9,20	8,40	96,50	509,00

Повар: Хад Сибгатуллина Ф.Ф.



МЕНЮ

с 5 -11кл. ММО

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1					
плов из мяса птицы (филе)	200		7,40	39,90	242,80
филе птицы	70,1	70,1	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0	1	4,80
МОРКОВЬ	15	12	0	0,8	4,10
КРУПА РИСОВАЯ	52,47	52,47	0,5	37,6	169,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,06	7,06	6,9	0	61,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,82	2,82	0	0,5	2,80
компот из свежих плодов	200		0,20	18,90	78,80
САХАР ПЕСОК	15	15	0	14,6	58,10
ЯБЛОКИ	45,4	45,4	0,2	4,3	20,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	0,2	19,5	91,90
АПЕЛЬСИН	200		0,40	15,70	83,40
АПЕЛЬСИН	200	200	0,4	15,7	83,40
			8,40	96,50	509,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			8,40	96,50	509,00

Повар: Сибгатуллина Ф.Ф.



МЕНЮ
с 6 - 11 кл. ОВЗ. ДИ

ДЕНЬ 8

Наименование Блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нето, г	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
плов из мяса птицы (филе)		200	4,10	7,40	36,90	242,80
Филе птицы	70,1	70,1	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	4,80
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,10
КРУПА РИСОВАЯ	52,47	52,47	3,6	0,5	37,6	169,50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,06	7,06	0	8,9	0	61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,82	2,82	0,1	0	0,5	2,80
компот из свежих плодов		200	0,30	0,30	18,90	78,80
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
ЯБЛОКИ	45,4	45,4	0,2	0,2	4,3	20,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,25	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,80
АПЕЛЬСИН		200	1,70	0,40	15,70	83,40
АПЕЛЬСИН	200	200	1,7	0,4	15,7	83,40
			8,30	8,40	94,90	509,00
ОБЕД						
Щи из свежей капусты со сметаной		200/10	2,10	6,10	9,20	100,90
КАПУСТА БЕЛОКАЧНАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,60
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,40
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,8	0	34,80
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 10% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,00
Картофельное пюре		180	3,80	6,50	25,70	177,10
КАРТОФЕЛЬ	205,2	153,9	3	0,8	24,3	114,80
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	28,4	28,4	0,8	0,9	1,3	18,50
МАСЛО СЛАДО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,3	6,3	0	5	0,1	45,70
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,5	3,5	0	0	0	0,00
Биточки мясные с томатным соусом		60/40	0,40	3,50	2,40	42,30
Биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,3	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,80
Чай с сахаром и/л		200			9,10	36,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,90	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,8	68,90
Хлеб ржано - пшеничный для детского питания		20	1,80	0,20	9,20	44,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,2	36,80
			10,30	10,60	72,10	482,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,80	25,00	168,60	991,20

Рис: 0000, Сбалансированно 8.8

Контрольные
блюда



Контрольные
блюда

