

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ  
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 23.11.2022

**Завтрак (для начальных классов)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из моркови с яблоками	60	07	4,7	6,5	71
	Плов из мяса птицы	170	14,37	15,78	35,23	339,82
	Чай с сахаром	200			9,7	39
	Булочки	100	8	10,0	39,0	357
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	яблоко	100	0,5	0,5	12,25	58,75
	Сок 02	200	1	0,2	20,2	92

Меню на 23.11.2022

**Завтрак (для многодетных детей)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из моркови с яблоками	60	07	4,7	6,5	71
	Плов из мяса птицы	200	16,901	15,56	41,44	399,79
	Чай с сахаром	200			9,7	39
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	яблоко	100	0,5	0,5	12,25	58,75
	Сок 02	200	1	0,2	20,2	92
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	<b>Итого</b>	<b>947</b>	<b>15,15</b>	<b>24,91</b>	<b>116,37</b>	<b>705</b>

Меню на 24.11.2022

**Завтрак (для ОВЗ детей)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из моркови с яблоками	60	07	4,7	6,5	71
	Плов из мяса птицы	200	16,901	15,56	41,44	399,79
	Чай с сахаром	200			9,7	39
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	яблоко	100	0,5	0,5	12,25	58,75
	<b>Итого</b>	<b>446</b>	<b>9,66</b>	<b>9,33</b>	<b>67,02</b>	<b>391,16</b>

Меню на 25.11.2022

**ОБЕД (для ОВЗ детей)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Сок 02	200	1	0,2	20,2	92
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Щи из свежей капусты с сметаной	250/10	1,68	4,86	7,36	203,03
	<b>гуляш</b>	<b>45/45</b>	<b>13/78</b>	<b>15,03</b>	<b>3,18</b>	<b>203,03</b>
	Макаронные изделия отварные	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	<b>Итого</b>	<b>920</b>	<b>27,93</b>	<b>30,26</b>	<b>96,68</b>	<b>945,8</b>

Меню на 14.11.2022

**Завтрак (для детей родительского взноса)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДОТГО19	Салат из моркови с яблоками	60	07	4,7	6,5	71
3	Плов из мяса птицы	200	16,901	15,56	41,44	399,79
КОМПОТ	Чай с сахаром	200			9,7	39
ХЛЕБПШЕН	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>11,68</b>	<b>21,54</b>	<b>103,14</b>	<b>682,25</b>

Повар Ибрагимова И.Р.

/ФИО/