Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимгареева Г.З.

Меню на 05.04.2022 г

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда,гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
	Каша манная	200/13	6,1	13,28	43	316,60
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками и фрикадельками	259	18	12	39	336
476,01	Кисломолочный продукт	100	3	3	5	62
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	1	28	130
	ИТОГО	**852**	**40,41**	**33,66**	**100,19**	**794,76**

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда,гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша манная	200/13	6,1	13,28	43	316,60
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками и фрикадельками	259	18	12	39	336
476,01	Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	**852**	**44,41**	**36,56**	**103,82**	**852,94**

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда,гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками и фрикадельками	259	18	12	39	336
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	**539**	**22,24**	**14,31**	**93,72**	**518,68**

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда,гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
	Каша манная	200/13	6,1	13,28	43	316,60
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	Булочка	100				
	ИТОГО	**693**	**16,23**	**23,01**	**79,09**	**510,66**

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

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда,гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками и фрикадельками	259	18	12	39	336
118,08	Рагу овощное с отварным мясом	200	16,2	19,05	15,02	297,25
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
420,06	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
	ИТОГО	**799**	**42,55**	**31,12**	**94,90**	**799,23**

Повар _____ /Янгирова Г.Р./

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
_____Салимгареева Г.З.

Меню на 05.04.2022

Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич.	Витамин С	№ рецепта
День 2		1,5-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ть (ккал.)		
Завтрак	Каша молочная" Дружба"	150/4	200/5	6,20	8,6	32,4	232,0	0,21	311,00
	какао с молоком	150	200	3,00	3,10	17,90	109,00	0,52	692,00
	Бутерброд с повидлом	40/20	40/20	2,4	7,50	36,9	222,00	0,08	2,00
	Итого на завтрак	**364**	**465**	**11,6**	**19,2**	**87,2**	**563,00**	**0,81**	
Обед	Салат "Студенческий"	40	60	2,20	6,30	3,70	80,00	1,15	37,00
	Борщ с капустой и картофелем	150/5	200/8	1,5	3,9	9,5	79,00	6,36	110,00
	Котлеты куриные	75	75	11	15,2	10,9	225	0,007	96,00
	Макаронные изделия отварные	120/4	150/5	5,50	4,20	33,30	196,00	0,0	332,00
	Кисель фруктовый	150	200	0,0	0,00	10,00	119,00	0,00	648,00
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0	
	Итого на обед	**690**	**849**	**25,65**	**30,6**	**112,55**	**912,5**	**17,517**	
Полдник	Каша молочная Артек	150/4	200/5	8,1	9,8	35,6	264	0,51	789,00
	Чай с лимоном и сахаром	150/10/5	200/15/7	0,1		13,8	54	1,12	629
	Хлеб пшеничный	30	30	3,95	0,5	24,15	117,5	0	
	Итого на полдник	**349**	**457**	**10,12**	**14,84**	**69,95**	**449,13**	**1,63**	
Итого за день				47,37	64,64	269,7	1924,63	19,957	

Повар _____Асылбаева А.Н.