

Меню на 5. 4 .2022

**Завтрак (для обучающихся начальных классов)**

| № рецепта | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------|--------------------------------------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------|
|           | Компот из сухофруктов                      | 200                 | 2,40         | 0,10         | 41,40         | 171,00                              |
|           | Морковь отварная с рас.маслом              | 30                  | 0,42         | 1,83         | 2,25          | 27,59                               |
|           | Суп гороховый с гренками                   | 200/15              | 6,62         | 3,88         | 28,57         | 175,69                              |
|           | Хлеб пш.                                   | 45                  | 2,93         | 0,45         | 15,53         | 77                                  |
|           | Кисломолочный продукт для детского питания | 100                 | 3,2          | 3,2          | 4,5           | 62                                  |
|           | Каша манная                                | 200                 | 14,98        | 18,15        | 1,97          | 190,2                               |
|           | Фрикадельки мясные                         | 44                  | 11,00        | 8,00         | 10,00         | 160,0                               |
|           | <b>Итого</b>                               | <b>759</b>          | <b>40,41</b> | <b>33,36</b> | <b>100,19</b> | <b>794,78</b>                       |

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

| № рецепта | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда, гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------|--------------------------------------------|---------------------|-------|-------|----------|-------------------------------------|
|           | Компот из сухофруктов                      | 200                 | 2,40  | 0,10  | 41,40    | 171,00                              |
|           | Морковь отварная с рас.маслом              | 30                  | 0,42  | 1,83  | 2,25     | 27,59                               |
|           | Суп гороховый с гренками                   | 200/15              | 6,62  | 3,88  | 28,57    | 175,69                              |
|           | Хлеб пш.                                   | 45                  | 2,93  | 0,45  | 15,53    | 77                                  |
|           | Каша манная                                | 200                 | 14,98 | 18,15 | 1,97     | 190,2                               |
|           | Кисломолочный продукт для детского питания | 100                 | 3,2   | 3,2   | 4,5      | 62                                  |
|           | Фрикадельки мясные                         | 44                  | 11,00 | 8,00  | 10,00    | 160,0                               |

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

| № рецепта | Наименование блюда    | Выход<br>блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------|-----------------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------------|
|           | Компот из сухофруктов | 200                 | 2,40         | 0,10         | 41,40        | 171,00                              |
|           | яблоко                | 120                 | 0,5          | 0,5          | 12,25        | 58,57                               |
|           | Каша манная           | 200                 | 14,98        | 18,15        | 1,97         | 190,2                               |
|           | хлеб рж               | 45                  | 2,93         | 0,45         | 15,53        | 77                                  |
|           | <b>Итого</b>          | <b>457</b>          | <b>11,66</b> | <b>10,98</b> | <b>64,36</b> | <b>654</b>                          |

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

| № рецепта | Наименование блюда            | Выход<br>блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------|-------------------------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------------|
|           | Суп картофель с горохом       | 250                 | 5,91         | 4,55         | 19,49        | 142,91                              |
|           | Морковь отварная с рас.маслом | 30                  | 0,42         | 1,83         | 2,25         | 27,59                               |
|           | Фрикадельки мясные            | 44                  | 11,00        | 8,00         | 10,00        | 160,0                               |
|           | Кисель витаминизированный     | 200                 |              |              | 23,5         | 95                                  |
|           | Хлеб ржаной                   | 40                  | 3,2          | 0,4          | 18,4         | 88                                  |
|           | Овощное рагу с отварным мясом | 200                 | 16,2         | 19,05        | 15,025       | 297,25                              |
|           | Хлеб пш.                      | 50                  | 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>                        |

**Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)**

| № рецепта | Наименование блюда            | Выход<br>блюда, гр. | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------|-------------------------------|---------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------|
| ДОТГО19   | Суп картофель с горохом       | 250                 | 5,91        | 4,55        | 19,49        | 142,91                              |
|           | Морковь отварная с рас.маслом | 30                  | 0,42        | 1,83        | 2,25         | 27,59                               |
|           | Компот из сухофруктов         | 200                 | 2,40        | 0,10        | 41,40        | 171,00                              |
| ХЛЕБПШЕН  | Хлеб пш.                      | 40                  | 2,6         | 0,4         | 13,8         | 68                                  |
|           | Фрикадельки мясные            | 44                  | 11,00       | 8,00        | 10,00        | 160,0                               |
|           | <b>Итого</b>                  | <b>446</b>          | <b>9,66</b> | <b>9,33</b> | <b>67,02</b> | <b>391,16</b>                       |

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/