



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с.Аккузево
Ф.В.Гайнуллина

Меню на 16.12.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
107	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
27,01	Сыр(порциями)	10	2,63	2,66	0,1	35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	368	15,73	19,69	97,5	556

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
27,01	Сыр(порциями)	10	2,63	2,66	0,1	35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	130
	Итого	715	16,43	16,57	123,85	752,47

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
107	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
	Итого	458	9,9	13,83	92,90	459

Повар:  Гиндуллина А.В