



Организация  
питания



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Исаметово

З.Р. Хадимуллина

## Меню на 14.04.2022

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта | Наименование блюда                                         | Выход блюда, гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|------------------------------------------------------------|------------------|-------|------|----------|-------------------------------|
| 2,10      | Салат из белокочанной капусты с морковью                   | 60               | 1,38  | 3,08 | 7,01     | 62,12                         |
| 469,02    | Фрикадельки мясные с томатным соусом                       | 60/40            | 9,25  | 9,84 | 7,96     | 157,63                        |
| 138,21    | Картофельное пюре                                          | 160              | 3,5   | 5,42 | 23,6     | 157,53                        |
|           | Компот из замороженных фруктов                             | 200              | 0,20  | 0,10 | 25,40    | 25,40                         |
| 420,02    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40               | 3,2   | 0,4  | 22       | 104                           |
| 27,01     | Сыр (порциями)                                             | 10               | 2,63  | 2,66 |          | 35                            |
|           | сок                                                        | 200              |       |      |          |                               |
|           |                                                            |                  |       |      |          |                               |

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

| № рецепта | Наименование блюда                                         | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|------------------------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| 2,10      | Салат из белокочанной капусты с морковью                   | 100              | 2,30         | 5,13         | 11,68         | 103,53                        |
| 469,02    | Фрикадельки мясные с томатным соусом                       | 60/40            | 9,25         | 9,84         | 7,96          | 157,63                        |
| 138,21    | Картофельное пюре                                          | 200              | 4,4          | 6,77         | 29,5          | 196,91                        |
|           | Компот из замороженных фруктов                             | 200              | 0,20         | 0,10         | 25,40         | 25,40                         |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50               | 4            | 0,5          | 27,5          | 130                           |
| 27,01     | Сыр (порциями)                                             | 10               | 2,63         | 2,66         |               | 35                            |
|           | <b>Итого</b>                                               | <b>660</b>       | <b>22,76</b> | <b>25,00</b> | <b>101,99</b> | <b>648,47</b>                 |

### Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

| № рецепта | Наименование блюда                                         | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|------------------------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| 2,10      | Салат из белокочанной капусты с морковью                   | 100              | 2,30         | 5,13         | 11,68         | 103,53                        |
| 469,02    | Фрикадельки мясные с томатным соусом                       | 60/40            | 9,25         | 9,84         | 7,96          | 157,63                        |
| 138,21    | Картофельное пюре                                          | 200              | 4,4          | 6,77         | 29,5          | 196,91                        |
|           | Компот из замороженных фруктов                             | 200              | 0,20         | 0,10         | 25,40         | 25,40                         |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50               | 4            | 0,5          | 27,5          | 130                           |
|           | <b>Итого</b>                                               | <b>650</b>       | <b>20,13</b> | <b>22,34</b> | <b>101,99</b> | <b>613,47</b>                 |

Повар \_\_\_\_\_ Шаехова Л.М.