

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево

Меню на 09.09.2021

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ЕО19	Биточки мясные	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
3	Картоф пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Салат из капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
	Итого	595	0,5	0,9	2	705

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Биточки мясные	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
	Картоф пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Салат из капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Итого	947	15,15	24,91	116,37	705

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Биточки мясные	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
	Картоф пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Итого	457	11,66	10,98	64,36	654

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3	Свекольник с сметаной	200/10	2,25	4,93	14,74	112,75
	Рыба припущ с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	1,30
	Хлеб рж.	40	3,2	0,4	18,4	88
	Салат из капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
	Каша гречневая	150/10	4,81	8,49	21,54	181,60
	кисель	200			23,5	95
	Итого	920	27,93	30,26	96,68	945,8

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ЕО19	Биточки мясные	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
ДО7ДГ19	Картоф пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
ХЛЕБПШЕН						
	Итого	705	11,68	21,54	103,14	682,25

Повар Ибрагимова И.Р.

24

/ФИО/