

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 11, 3 .2022

Завтрак для обучающихся многодетных малообеспеченных семей

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическ ая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	515	13,97	20,23	62,96	492,91

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическ ая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	180	3,5	5,42	23,6	157,53
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энер-ая цен- ть, ккал
77EO19	Каша молочная Дружба с маслом	180	3,5	5,42	23,6	157,53
77дг19	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
3	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	итого	705	11,68	21,54	103,14	682,25

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

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энер-ая цен- ть, ккал
3	Суп картоф с горохом					
	Котлеты куриные в томатном соусе	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
	Макаронные изделия с маслом	150/10	0,16	0,16	18,89	78,65
	Компот из зам.фруктов	200	0,2	0,02	17	58
	Хлеб ржаной	40	0,24	0,4	13,6	68
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Итого	1075	54,17	57,38	224,35	1665

Завтрак для обучающихся начальных классов

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Эн- це- ль
	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	18
	Чай с сахаром	200			9,98	3
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		3
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	7
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	6
	Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	6
	Итого	660	22,76	25,00	101,99	6

Повар :Ибрагимова И.Р