

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Аккузово  
Ф.В.Гайнуллина



## Меню на 30.05.2022г.

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	<b>108</b>
610,03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Сок фруктовый	200				
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>20,686</b>	<b>15,91</b>	<b>98,14</b>	<b>618,5</b>

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	<b>108</b>
610,03	Рис припущеный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Сок фруктовый	200				
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>19,42</b>	<b>13,40</b>	<b>85,16</b>	<b>541,69</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	<b>108</b>
610,03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
282,11	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>18,05</b>	<b>13,25</b>	<b>98,42</b>	<b>584,40</b>

Повар: Гиндуллина А.В