



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево
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
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущенный	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				
	Итого	720	20,686	15,91	98,14	618,5

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущенный	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				
	Итого	970	19,42	13,40	85,16	541,69

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущенный	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
	Итого	510	18,05	13,25	98,42	584,40

Повар: *Гиндуллина А.В.* Гиндуллина А.В.