

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

Меню на 15.10.2021

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	568	15,76	19,69	97,65	556,00

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	568	15,76	19,69	97,65	556,00

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сок О2	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	768	16,73	19,89	117,85	648,00

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Рассольник с сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
	Котлеты куриные	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
	Картофельные пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
	чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб рж	40	0,24	0,4	13,8	68
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	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
	Каша рисовая молочная	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
ДОУЕО19	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
ХЛЕБПШЕН	Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,78

Повар Ибрагимова И.Р.

/И.О.