

Меню на 02 мая 2024г.

Завтрак для обучающихся всех начальных классов

Завтрак для обучающихся всех начальных классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
203	фрикадельки с томатным соусом	100	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	186	8,5	6,9	34,3	237
1	хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
294	чай с лимоном и сахаром	207	0,07	0,01	15,31	62,62
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
итого за завтрак		533	24,31	19,84	69,58	561,01

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов						
№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
203	фрикадельки с томатным соусом	100	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	217	9,8	8	39,7	274
1	хлеб пшеничный	50	3,45	0,5	121,6	105,6
294	чай с лимоном и сахаром	207	0,07	0,01	15,31	62,62
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
итого за завтрак		584	26,63	21,14	181,94	631,01

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
203	фрикадельки с томатным соусом	100	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	217	9,8	8	39,7	274
1	хлеб пшеничный	50	3,45	0,5	121,6	105,6
294	чай с лимоном и сахаром	207	0,07	0,01	15,31	62,62
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
итого за завтрак		584	26,63	21,14	181,94	631,01

Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
203	фрикадельки с томатным соусом	100	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	217	9,8	8	39,7	274
1	хлеб пшеничный	50	3,45	0,5	121,6	105,6
294	чай с лимоном и сахаром	207	0,07	0,01	15,31	62,62
итого за завтрак		574	24	18,48	181,94	596,01

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 1-4 классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
203	фрикадельки с томатным соусом	100	10,68	9,97	5,33	153,79
219	Каша гречневая рассыпчатая	186	8,5	6,9	34,3	237
1	хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
294	чай с лимоном и сахаром	207	0,07	0,01	15,31	62,62
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
итого за завтрак		533	24,31	19,84	69,58	561,01
обед						
4	салат из капусты с морковью	100	0,84	5,06	5,32	70,02
43	свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16
ДО7БИ19	рыбные котлеты с соусом	90	9	4	9	108
242	картофельное пюре с морковью	200	4,1	4,62	29,46	175,78
283	компот из смеси сухофруктов	200	0,12		19,4	79,6
1	хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за обед		910	21,62	20,72	106,27	698,16
итого за день		1443	24,25	23,38	106,27	733,16

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 5-11 классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
203	фрикадельки с томатным соусом	100	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	217	9,8	8	39,7	274
1	хлеб пшеничный	50	3,45	0,5	121,6	105,6
294	чай с лимоном и сахаром	207	0,07	0,01	15,31	62,62
27,01	сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
итого за завтрак		584	26,63	21,14	181,94	631,01
обед						
4	салат из капусты с морковью	100	0,84	5,06	5,32	70,02
43	свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16
ДО-БИ19	рыбные котлеты с соусом	90	9	4	9	108
242	картофельное пюре с морковью	200	4,1	4,62	29,46	175,78
283	компот из смеси сухофруктов	200	0,12		19,4	79,6
1	хлеб пшеничный	50	3,45	0,5	121,6	105,6
421,11	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
итого за обед		930	21,8	15,86	207,91	661,14
итого за день		1514	48,43	37	389,85	1292,15

Шеф-повар Шархмуллина И.А.