



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

## Меню на 29.09.2021г.

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

| № рецепта | Наименование блюда                        | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|-------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак   |                                           |                  |              |              |              |                               |
| 445,3     | Биточки мясные с томатным соусом          | 60\40            | 9,97         | 11,9         | 8,87         | 182,53                        |
| 211,05    | Макаронные изделия отварные с маслом      | 200\6            | 7,76         | 4,31         | 49,49        | 280,6                         |
| 283       | Чай с сахаром                             | 200              |              |              | 9,98         | 39,9                          |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 50               | 4            | 0,5          | 27,5         | 130                           |
| 27,01     | Сыр( порциями)                            | 10               | 2,63         | 2,66         |              | 35                            |
|           |                                           |                  |              |              |              |                               |
|           |                                           |                  |              |              |              |                               |
|           | <b>Итого</b>                              | <b>566</b>       | <b>24,36</b> | <b>19,37</b> | <b>95,84</b> | <b>668,03</b>                 |

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта | Наименование блюда                        | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|-------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак   |                                           |                  |              |              |              |                               |
| 445,3     | Биточки мясные с томатным соусом          | 60\40            | 9,97         | 11,9         | 8,87         | 182,53                        |
| 211,05    | Макаронные изделия отварные с маслом      | 150\5            | 5,82         | 4,31         | 37,08        | 210,5                         |
| 283       | Чай с сахаром                             | 200              |              |              | 9,98         | 39,9                          |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 50               | 4            | 0,5          | 27,5         | 130                           |
| 27,01     | Сыр( порциями)                            | 10               | 2,63         | 2,66         |              | 35                            |
|           | Сок фруктовый                             | 150              | 0,75         | 0,15         | 15,2         | 69                            |
|           |                                           |                  |              |              |              |                               |
|           | <b>Итого</b>                              | <b>665</b>       | <b>23,17</b> | <b>19,52</b> | <b>98,58</b> | <b>666,93</b>                 |

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

| № рецепта | Наименование блюда                        | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|-------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак   |                                           |                  |              |              |              |                               |
| 445,3     | Биточки мясные с томатным соусом          | 60\40            | 9,97         | 11,9         | 8,87         | 182,53                        |
| 211,05    | Макаронные изделия отварные с маслом      | 200\6            | 7,76         | 4,31         | 49,49        | 280,6                         |
| 283       | Чай с сахаром                             | 200              |              |              | 9,98         | 39,9                          |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 50               | 4            | 0,5          | 27,5         | 130                           |
|           |                                           |                  |              |              |              |                               |
|           |                                           |                  |              |              |              |                               |
|           | <b>Итого</b>                              | <b>556</b>       | <b>21,73</b> | <b>16,71</b> | <b>95,84</b> | <b>633,03</b>                 |

Повар: \_\_\_\_\_ Гиндуллина А.В



## Меню на 29.09.2021г.

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

Для обучающихся с ОВЗ

| № рецепта      | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------|-------------------------------------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                           |                     |              |              |               |                                     |
| 445,3          | Биточки мясные с томатным соусом          | 60\40               | 9,97         | 11,9         | 8,87          | 182,53                              |
| 211,05         | Макаронные изделия отварные с маслом      | 200/6               | 7,76         | 4,31         | 49,49         | 280,6                               |
| 283            | Чай с сахаром                             | 200                 |              |              | 9,98          | 39,9                                |
| 420,06         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 50                  | 4            | 0,5          | 27,5          | 130                                 |
| 27,01          | Сыр( порциями)                            | 10                  | 2,63         | 2,66         |               | 35                                  |
|                | Сок фруктовый                             | 150                 | 0,75         | 0,15         | 15,2          | 69                                  |
|                | <b>Итого</b>                              | <b>716</b>          | <b>25,11</b> | <b>19,52</b> | <b>110,99</b> | <b>737,03</b>                       |
| <b>Обед</b>    |                                           |                     |              |              |               |                                     |
| 450,13         | Суп картофельный с клецками               | 250                 | 1,72         | 6,27         | 11,83         | 110,91                              |
| 80,55          | Рыба , тушеная с овощами (филе минтая)    | 45/45               | 9,15         | 7,03         | 1,96          | 108,13                              |
| 610,03         | Рис припущенный                           | 200                 | 5,05         | 8,75         | 51,94         | 306,50                              |
| 283            | Чай с сахаром                             | 200                 |              |              | 9,98          | 39,9                                |
| 420,06         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 50                  | 4            | 0,5          | 27,5          | 130                                 |
| 421,11         | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 40                  | 3,2          | 0,4          | 18,4          | 88                                  |
|                | <b>Итого за обед</b>                      | <b>830</b>          | <b>23,12</b> | <b>22,95</b> | <b>121,61</b> | <b>783,44</b>                       |
|                | <b>Итого за день</b>                      | <b>1546</b>         | <b>48,23</b> | <b>42,47</b> | <b>232,60</b> | <b>1520,47</b>                      |
|                |                                           |                     |              |              |               |                                     |

Повар: \_\_\_\_\_ Гиндуллина А.В