

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



Меню на 24.03.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
2,10	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,3	5,13	11,68	103,53
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
138,21	Картофельное пюре	200	4,4	6,77	29,5	196,91
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
	Итого	660	23,5	27,06	102,95	673,37

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
2,10	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
	Итого	570	20,88	23,56	86,88	566,58

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
2,10	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,3	5,13	11,68	103,53
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60\40	9,97	11,9	8,87	182,53
138,21	Картофельное пюре	200	4,4	6,77	29,5	196,91
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	Итого	650	20,87	24,40	102,95	638,37

Повар: Гиндуллина А.В



Меню на 24.03.2022г.

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

Для обучающихся с ОВЗ

№ 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
138,21	Картофельное пюре	200	4,4	6,77	29,5	196,91
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
Итого		550	20,4	21,83	85,77	543,84
Обед						
2,10	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,3	5,12	11,68	103,53
67,32	Свекольник со сметаной	250\10	2,81	0,07	0,01	0,00
423,18	Тефтели рыбные (филе минтая) с томатным соусом	60\40	7,86	6,26	8,12	120,8
302,01	Каша гречневая вязкая с маслом	200\7	6,15	0,19	0,02	0,02
420,05	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117
421,11	Хлеб ржано – пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
Итого за обед		962	25,92	12,49	86,48	524,35
Итого за день		1512	46,32	34,32	172,25	1068,19

Повар: Гайдуллина А.В