



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

Меню на 21.01.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,6
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	568	15,76	19,69	97,65	556,00

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2л	200	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	715	15,23	16,57	107,1	568,87

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,6
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,40
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117
	Итого	458	9,93	13,83	93,15	459,00

Повар: Гайнуллина А.В.



Меню на 21.01.2022г.

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

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каца рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
Итого за завтрак		768	16,73	19,89	117,85	648,00
Обед						
54,47	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
138,06	Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	45	3,6	0,45	24,75	117
421,11	Хлеб ржано – пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за обед		765	27,79	21,43	102,10	690,88
Итого за день		1533	39,52	41,32	219,95	1338,88

Повар: Гайнуллина А.В.