

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ

с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 01.10.2021

**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 02                | 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 сметана | 200/10           | 2,09  | 5,01  | 13,9     | 109,77                        |
|           | Котлеты куринные     | 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                        |
| ДО7ЕО19   | компот                | 200              | 0,20  | 0,10  | 25,40    | 25,40                         |
| ХЛЕБПШЕН  | Хлеб пш.              | 40               | 2,6   | 0,4   | 13,8     | 68                            |
|           | Итого                 | 446              | 9,66  | 9,33  | 67,02    | 391,16                        |

Повар Ибрагимова И.Р. 2 /ФИО/