

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 20, 03 ,2023

Завтрак для обучающихся начальных классов

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	610	23,86	30,18	88,76	725,03

Завтрак для многодетных малообеспеченных семей,

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ЕО19	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	яблоко					
	Итого	730	27,41	36,91	105,60	867,00

Завтрак для (питающихся за счет род.взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ЕО19	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Обед для обучающихся начальных классов					
№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Суп с мелкошинкованными овощами с сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
	Итого	610	23,86	30,18	88,76	725,03