

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



Меню на 14.12.2021г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,40
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	674	21,35	28,33	90,32	625,86

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	100	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
ПРСОКДЕ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Мандарины	125	1,0	0,3	9	48
	Итого	634	22,41	25,35	89,74	689,55

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
	Итого	584	18,95	25,23	91,32	589,86

Повар: Г Гиндуллина А.В



Меню на 14.12.2021г.

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

Для обучающихся с ОВЗ

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	200/7	6,15	0,19	0,02	0,02
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого		647	21,51	16,10	60,77	372,06
Обед						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
66,63	Суп –лапша	200	2,22	4,23	12,49	97,08
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано – пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
	Булочка	100	8	0,5	12,25	58,75
Итого за обед		940	32,73	28,98	123,75	857,56
Итого за день		1587	54,24	45,08	184,52	1229,62

Повар: _____ Гиндуллина А.В