

Меню на 11.05.2022 г

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
131,79	Плов из мяса птицы	170	14,37	15,78	35,23	339,82
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО	530	18,85	23,93	82,64	662,82

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
131,79	Плов из мяса птицы	200	14,37	15,78	35,23	339,82
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО	560	22,38	23,91	109,05	774,78

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вноса)

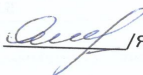
№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
131,79	Плов из мяса птицы	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	450	20,90	16,06	78,92	569,68

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
131,79	Плов из мяса птицы	200	16,90	15,56	41,44	399,78
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	22	104
	Сок фруктовый в индивид. упаковке 0,2 л.	200	1	0,2	20,2	92
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО	760	22,38	23,91	109,05	774,78

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
53,39	Щи из свежей капусты со сметаной	250/12,5	1,55	4,11	7,18	100,91
96,19	Гуляш	45/45	13/78	15,03	3,18	203,03
	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	5,82	4,31	37,08	280,6
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
420,06	Хлеб пшеничный	40	4	0,5	27,5	104
	ИТОГО	842	30,04	26,21	112,25	7816,44

Повар  /Янгирова Г.Р./



Меню на 11.05.2022
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич	Витамины
День 8		1,5-3лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ть (ккал.)	
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	200/5	6,7	9,8	27,1	223	0,23
	какао с молоком	150	200	3,0	3,1	17,9	109	0,52
	Бутерброд с сыром	40/10	40/15	6,9	3,5	22,00	150	0,04
	Итого на завтрак		457,5	16,6	16,4	67,0	482,00	0,79
Обед	Салат пестрый	40	60	0,6	2,7	6,4	52,00	2,24
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	2,20	2,1	15,1	89,00	5,28
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	200/5	11,20	7	46,2	296,00	0
	Котлеты из говядины	76	76	10,8	17	12,90	248	0,83
	Кисель из концентрата на плодовым или ягодных	150	200	0,00	0,00	10,0	119,00	0,00
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0,00
	Итого на обед		720	29,05	29,03	114,85	922,5	9,89
Полдник	Ватрушки с творогом	50	70	8,10	5,1	27,6	191,00	0,04
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,40	1,10	11,30	59,00	0,26
	Итого на полдник		280	9,5	6,20	38,90	250,00	0,30
Итого за день				55,15	51,63	220,75	1654,5	10,98

Повар  Асылбаева А.Н./