



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимгареева Г.З.

Меню на 25.11.2021 г

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей, для обуч-ся нач.классов)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
227,7	Запеканка из творога со сгущенкой	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
	ИТОГО	763/20	29,96	21,04	81,08	641,25

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	500/10	6,23	6,27	63,06	256,02

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
227,7	Запеканка со сгущенкой	110/10	23,37	8,57	21,09	259,1
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
	ИТОГО	493	27,93	15,37	70,92	540,63

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62
302	Каша гречневая вязкая	150	4,77	4,86	21,48	148,55
445,35	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
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	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	750/40	23,87	23,22	95,86	686,05

Повар  Янгирова Г.Р./



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимгареева Г.З.

Меню на 25.11.2021
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюда)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич	Жиры	С	№
День 4		1-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	ккал	г	г	рецепта
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	200/5	5,0	8,2	30,3	215,00	0,22		311,00
	вакка с молоком	150	200	3,80	3,3	13,7	100,00	0,52		ТТК №15
	бутерброд с повидлом	40/20	40/20	2,4	7,5	36,9	222	0,08		2,00
	Итого на завтрак		482,5	19,54	19	80,9	537,00	0,82		
Второй завтрак	Яблоко	90	100	1,50	0,5	21,00	96,00	10,0		
Обед	Винегрет	40	60	0,8	1,4	4,3	33,00	3,11		71,00
	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	150/4	200/5	1,90	4,8	9,3	86	4,81		134,00
	Гуляш	50/50	70/50	20,1	20,5	3,2	277	0,64		437,00
	Картофельное пюре	120	150	3,1	4,5	20,1	137,00	10,40		520,00
	Кисель из концентрата	150	200	0,00	0,00	24,00	90	25		377,00
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,5	34,15	117,5	0,00		
	Итого на обед		677	31,35	32,1	106,06	839,5	54,26		
Полдник	Каша ячневая молочная жидкая	150/4	200/5	7,1	7,6	36,7	245	0,50		302,00
	Чай с лимоном и сахаром	150/7	200/7	0,20	0,03	9,3	38,00	1,12		ТК № 204
	Печенье	30	30	1,92	5,04	20,55	131,33	0,00		
	Итого на полдник		270	9,22	12,67	66,55	414,33	1,62		
Итого за день				51,21	63,77	253,96	1790,83	66,7		

Повар  Атылбаева А.Н./