

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



Меню на 03.03.2023г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтра						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
107	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
27,01	Сыр(порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Сок фруктовый в инд. упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	768	16,73	19,89	117,6	648

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,5	117
27,01	Сыр(порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	515	15,43	16,37	102,65	622,47

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
186,00	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	258	6,3	10,20	37,90	269,00
107	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
	Итого	508	10,5	10,8	90,80	424,4

Повар: Гиндуллина А.В