

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

Меню на 19.09.2022 г (2 неделя, понедельник)

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
15	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак		670	24,76	32,94	95,24	796,03

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак		730	27,41	36,91	105,62	867,00

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

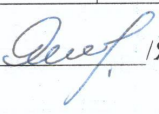
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	90	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак		620	26,93	29,26	95,69	753,90

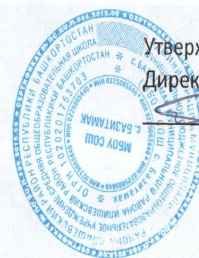
Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак		650	26,21	33,31	97,02	796,00

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

Обед						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед		740	26,64	25,72	111,90	809,74
Итого за день		1390	52,85	59,03	208,92	1605,74

Повар  /Янгирова Г.Р./



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

Меню на 19.09.2022
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергети	Витамины	№
День 6		1,5-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ть (ккал.)	С	рецепта
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150/4	200/5	6,0	8,2	29,3	215	0,22	311
	какао с молоком	150	200	3,6	3,3	13,7	100	0,52	ТТК №15
	Бутерброд с маслом	40/5	40/10	2,4	8,6	14,6	146	0,00	1
	Итого на завтрак		462,5	12	20,1	57,6	461	0,74	
Второй завтрак	Молоко кипячен	150	200	5,5	5,6	8,6	106	1,04	697
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	40	60	0,8	4,4	3,6	57	0,45	64
	Суп картофельный с бобовыми	150	200	5,4	3,3	15,6	115	5,68	139
	Рагу овощное с мясом	150	220	15,2	16,5	13,1	262	8,52	Тк №120
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных	150	200	0	0	10	119	0	648
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0	
	Итого на обед		695	30,85	30,3	75,05	776,5	15,69	
Полдник	Булочка домашняя	50	70	5	8	38	245	0,00	769
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,4	1,1	11,3	59	0,26	ТТК №12
	Итого на полдник		270	6,4	9,1	49,3	304	0,26	
Итого за день				49,25	59,5	181,95	1541,5	16,69	

Повар: О. Гусманова З.З.

