

Утверждено
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево
Иматов А.Г.

Меню на 05.05.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3	Рис припущенный	75/50	10,18	7,78	2,17	119,99
4	Биточки рыбные в томатном соусе	75/50	10,18	7,78	2,17	119,99
5	Чай витаминизированный	200	5,05	8,75	51,94	308,50
6	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
7	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
Итого		1130	24	21	144	878

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1	Биточки рыбные	75/50	10,18	7,78	2,17	119,99
2	Рис припущенный	200	5,05	8,75	51,94	308,50
3	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
4	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
5	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
Итого		947	15,15	24,91	116,37	705

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1	Биточки рыбные	75/50	10,18	7,78	2,17	119,99
2	Рис припущенный	200	5,05	8,75	51,94	308,50
3	Чай с сахаром	200			9,1	35
4	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
5	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
Итого		457	11,66	10,98	64,36	654

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1	Щи из свежих капусты	250/5	2,10	6,07	9,20	100,91
2	Биточки куриные	80/45	19,83	17,99	2,93	251,97
3	Хлеб пш.	45	4	0,5	27,5	130
4	Хлеб рж.	40	3,2	0,4	18,4	88
5	Макаронные изделия отварные	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
6	Чай с сахаром	200			9,1	35
Итого		920	27,93	30,26	96,68	945,8

Завтрак (для обучающихся за счет родительского взноса)

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1	Биточки рыбные	75/50	10,18	7,78	2,17	119,99
2	Рис припущенный	200	5,05	8,75	51,94	308,50
3	Чай с сахаром	200			9,1	35
4	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
Итого		705	11,68	21,54	103,14	682,25

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/