

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

### Меню на 14.09.2021 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 |
|-----------|--------------------------------------|------------------|------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| 181,39    | Каша рисовая молочная вязкая с масл. | 150/10           | 4,6        | 9,96         | 32,25        | 237,47                        |
| 282,11    | Чай с сахаром                        | 200              |            |              | 9,98         | 39,9                          |
| 420,06    | Хлеб пшеничный                       | 50               | 4          | 0,5          | 27,5         | 130                           |
|           | <b>ИТОГО</b>                         | <b>400/10</b>    | <b>8,6</b> | <b>10,46</b> | <b>69,73</b> | <b>407,37</b>                 |

**Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)**

| № рецепта | Наименование блюда                   | Выход блюда, гр. | Белки      | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--------------------------------------|------------------|------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| 181,39    | Каша рисовая молочная вязкая с масл. | 150/10           | 4,6        | 9,96         | 32,25        | 237,47                        |
| 282,11    | Чай с сахаром                        | 200              |            |              | 9,98         | 39,9                          |
| 420,06    | Хлеб пшеничный                       | 50               | 4          | 0,5          | 27,5         | 130                           |
|           | <b>ИТОГО</b>                         | <b>400/10</b>    | <b>8,6</b> | <b>10,46</b> | <b>69,73</b> | <b>407,37</b>                 |

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

| № рецепта | Наименование блюда                   | Выход блюда, гр. | Белки      | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--------------------------------------|------------------|------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| 181,39    | Каша рисовая молочная вязкая с масл. | 150/10           | 4,6        | 9,96         | 32,25        | 237,47                        |
| 282,11    | Чай с сахаром                        | 200              |            |              | 9,98         | 39,9                          |
| 420,06    | Хлеб пшеничный                       | 50               | 4          | 0,5          | 27,5         | 130                           |
|           | <b>ИТОГО</b>                         | <b>400/10</b>    | <b>8,6</b> | <b>10,46</b> | <b>69,73</b> | <b>407,37</b>                 |

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

| № рецепта | Наименование блюда                   | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--------------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| 54,47     | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/10           | 2,09         | 5,01         | 13,9          | 109,77                        |
| 502,53    | Биточки из мяса птицы с том.соусом   | 60/30            | 9,95         | 9,48         | 8,57          | 159,02                        |
| 138,06    | Картофельное пюре                    | 180              | 3,95         | 6,09         | 26,5          | 177,19                        |
| 282,11    | Чай витаминизированный               | 200              |              |              | 9,7           | 39                            |
| 421,11    | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40               | 3,2          | 0,4          | 18,4          | 88                            |
| 420,06    | Хлеб пшеничный                       | 50               | 4            | 0,5          | 27,5          | 130                           |
|           | <b>ИТОГО</b>                         | <b>730</b>       | <b>23,19</b> | <b>21,48</b> | <b>104,57</b> | <b>702,98</b>                 |

Повар  Янгирова Г.Р./



# Меню

17.09.2021

## Завтрак

|                   |        |
|-------------------|--------|
| Каша молочн Артек | -200   |
| Какао с молоком   | -200   |
| Бутерборт с сыром | -40/10 |

## II Завтрак

## Обед

|                          |      |
|--------------------------|------|
| Салат из капусты с яблок | -60  |
| Суп молочн с крупой      | -200 |
| Рожки отварн             | -150 |
| Курица отварная          | -70  |
| Сок фруктов              | -200 |
| Хлеб пшенич              | -50  |

## Полдник

|                        |      |
|------------------------|------|
| Блины со сгущен молоко | -75  |
| Чай с молоко           | -200 |

