

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 04.10.2021

Завтрак для обучающихся начальных классов и многодетных малообеспеченных семей

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	яблоко	150	0,5	0,06	14,7	70,5
	Итого	566	24,36	19,37	95,84	668,03

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)						
	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	яблоко	150	0,5	0,06	14,7	70,5
	Итого	457	11,66	10,98	64,36	654

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
17ЕО19	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
17ДГ19	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
3	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1МПОТ	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	итого	705	11,68	21,54	103,14	682,25

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

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Суп с овощами	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
	Плов из птицы	200	16,90	15,56	41,44	399,78
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб ржаной	40	0,24	0,4	13,5	68
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Итого	1075	54,17	57,38	224,35	1665

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/