

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

Меню на 2.2.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
	Биточки говяжьи в томат соусе	60/40	6,07	11,9	8,87	182,53
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	СОК	150	8,75	0,15	15,2	60
	Итого	568	15,76	19,69	97,65	556,00

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Итого	568	15,76	19,69	97,65	556,00

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Сок 02	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	768	16,73	19,89	117,85	648,00

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Рассольник ленинградский с сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
	Картофельные пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Хлеб рж	40	0,24	0,4	13,8	68
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Итого	920	27,93	30,26	96,68	945,8

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
ДОТЭО19	Биточки говяжьи в томат соусе	60/40	6,07	11,9	8,87	182,53
ХЛЕБПШЕН	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,16

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/