



## Меню на 15.10.2021г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево  
Ф.В.Гайнуллина

### Завтрак (для обучающихся с ОВЗ)

| № рецепта               | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------|--|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |  |                     |              |              |               |                                     |
| 181,39                  | Каша рисовая молочная вязкая с маслом          | 200/13              | 6,1          | 13,28        | 43,00         | 316,60                              |
|                         | Компот из замороженных фруктов                 | 200                 | 0,2          | 0,1          | 25,4          | 25,4                                |
| 420,05                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 45                  | 3,6          | 0,45         | 24,75         | 117                                 |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                                 | 10                  | 2,63         | 2,66         |               | 35                                  |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для детского питания     | 100                 | 3,2          | 3,2          | 4,5           | 62                                  |
|                         | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2л  | 200                 | 1            | 0,2          | 20,2          | 92                                  |
| <b>Итого за завтрак</b> |  | <b>768</b>          | <b>16,73</b> | <b>19,89</b> | <b>117,85</b> | <b>648,00</b>                       |
| <b>Обед</b>             |  |                     |              |              |               |                                     |
| 54,47                   | Рассольник ленинградский со сметаной           | 200/10              | 2,09         | 5,01         | 13,9          | 109,77                              |
|                         | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30               | 9,95         | 9,48         | 8,57          | 159,02                              |
| 138,06                  | Картофельное пюре                              | 180                 | 3,95         | 6,09         | 26,5          | 177,19                              |
| 283                     | Чай с сахаром                                  | 200                 |              |              | 9,98          | 39,9                                |
| 420,05                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 45                  | 3,6          | 0,45         | 24,75         | 117                                 |
| 421,11                  | Хлеб ржано – пшеничный для детского питания    | 40                  | 3,2          | 0,4          | 18,4          | 88                                  |
| <b>Итого за обед</b>    |  | <b>765</b>          | <b>27,79</b> | <b>21,43</b> | <b>102,10</b> | <b>690,88</b>                       |
| <b>Итого за день</b>    |  | <b>1533</b>         | <b>39,52</b> | <b>41,32</b> | <b>219,95</b> | <b>1338,88</b>                      |
|                         |  |                     |              |              |               |                                     |

Повар: А.В. Гиндуллина А.В