

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



Меню на 28.02.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Сок фруктовый	200				
	Итого	720	20,686	15,91	98,14	618,5

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущеный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Сок фруктовый	200				
	Итого	970	19,42	13,40	85,16	541,69

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Итого	510	18,05	13,25	98,14	583,50

Повар:  Гиндуллина А.В



Меню на 28.02.2022г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с.Аккузево

Ф.В.Гайнуллина

Для обучающихся с ОВЗ

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610,03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порцииами)	10	2,63	2,66		35
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Сок фруктовый	200				
	Итого	720	20,686	15,91	98,14	618,5
Обед						
53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	250/12,5	2,10	6,07	9,20	100,91
233,23	Мясо птицы ,припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	251,97
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-шпеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за обед		839	36,09	29,17	112,00	865,38
Итого за день		1559	50,776	45,08	210,14	14983,88

Повар: *Гиндуллина А.В*