

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



Меню на 20.05.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/1 3	6,1	13,28	43,00	316,6
420,05	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
27.01	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117
	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	568	15,76	19,69	97,65	556,00

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/1 0	4,6	9,96	32,25	237,47
420,05	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
27.01	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117
	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,02л	200	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	715	15,23	16,57	107,1	568,87

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/1 3	6,1	13,28	43,00	316,6
420,05	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,40
	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	24,75	117
	Итого	458	9,93	13,83	93,15	459,00

Повар: *Гиндуллина А.В*