

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ № 4 с.Верхнеяркеево

Хакимова С.М.

Меню на 20 сентября 2024г.

Завтрак для обучающихся всех начальных классов

Завтрак для обучающихся всех начальных классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
16	салат из моркови	60	0,66	3,05	9,51	66,76
133	картофельное пюре	170	4,3	5,78	19,44	144,5
МО7КБКК	биточки мясные с соусом	90	12,08	11	10,15	171
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51
1	хлеб пшеничный обогащенный	15	1,19	0,15	7,25	36,3
3	хлеб ржаной	15	0,74	0,15	6,72	31,5
итого за завтрак		550	19,06	20,15	63,08	490,57

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энер.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
16	салат из моркови	100	1,1	5,08	15,85	114,6
133	картофельное пюре	200	5,06	6,44	22,89	167,54
МО7КБКК	биточки мясные с соусом	90	12,08	11	10,15	171
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
итого за завтрак		640	21,58	23,043	82,3	606,65

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО

Завтрак для обучающихся, чьи родители участники СВО						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энерг.цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
16	салат из моркови	100	1,1	5,08	15,85	114,6
133	картофельное пюре	200	5,06	6,44	22,89	167,54
МО7КБКК	биточки мясные с соусом	90	12,08	11	10,15	171
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
итого за завтрак		640	21,58	23,043	82,3	606,65

Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса

Завтрак для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энерг. цен.(ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
16	салат из моркови	100	1,1	5,08	15,85	114,6
133	картофельное пюре	200	5,06	6,44	22,89	167,54
МО7КБКК	биточки мясные с соусом	90	12,08	11	10,15	171
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
итого за завтрак		640	21,58	23,043	82,3	606,65

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 1-4 классов

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энерг. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
16	салат из моркови	60	0,66	3,05	9,51	66,76
133	картофельное пюре	170	4,3	5,78	19,44	144,5
МО7КБКК	биточки мясные с соусом	90	12,08	11	10,15	171
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51
1	хлеб пшеничный обогащенный	15	1,19	0,15	7,25	36,3
3	хлеб ржаной	15	0,74	0,15	6,72	31,5
итого за завтрак		550	19,06	20,15	63,08	490,57
Обед						
58	суп картофельный с клецками	250	2,67	4,26	13,68	102,25
142/40	картофель тушеный с рыбными котлетами	260	13,4	16,26	30,26	360
282	напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136
1	хлеб пшеничный обогащенный	20	1,62	0,2	9,76	48,4
3	хлеб ржаной	30	0,7	0,23	2,2	13,05
итого за обед		760	19,07	21,23	85,52	659,7
итого за день		1310	38,13	41,38	148,6	1150,27

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов 5-11 классов

Завтрак и обед для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов 5-11 классов						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энерг. цен.(ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
16	салат из моркови	100	1,1	5,08	15,85	114,6
133	картофельное пюре	200	5,06	6,44	22,89	167,54
МО7КБКК	биточки мясные с соусом	90	12,08	11	10,15	171
271	чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,01	40,51
1	хлеб пшеничный обогащенный	25	1,23	0,25	11,2	52,5
3	хлеб ржаной	25	2,03	0,25	12,2	60,5
итого за завтрак		640	21,58	23,043	82,3	606,65
обед						
58	суп картофельный с клецками	250	2,67	4,26	13,68	102,25
142/40	картофель тушеный с рыбными котлетами	260	13,4	16,26	30,26	360
282	напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136
1	хлеб пшеничный обогащенный	20	1,62	0,2	9,76	48,4
3	хлеб ржаной	30	0,7	0,23	2,2	13,05
итого за обед		760	19,07	21,23	85,52	659,7
итого за день		1400	40,65	44,273	167,82	1266,35

Шеф-повар Шархмуллина И.А.