



Директор МБОУ СОШ с.Аккузево
Ф.В.Гайнуллина

Меню на 07.12.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
Завтрак						
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	220	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
12	Салат из моркови с яблоками	80	0,93	6,25	8,6	94,43
	Итого	560	21,91	29,56	87,65	730,21

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
12	Салат из моркови с яблоками	60	0,7	,7	6,5	71
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	170	14,37	15,78	35,23	339,82
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	78
401,08	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Итого	470	17,55	28,03	68,34	594,82

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	220	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
12	Салат из моркови с яблоками	80	0,93	6,25	8,6	94,43
	Итого	530	21,83	22,31	87,52	664,11

Повар: _____ Гиндуллина А.В