

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ

с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 17.3.2023

(для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	50	2,93	0,45	15,53	77
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	сок	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	845	42,62	167,54	923,65	778,00м

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	50	2,93	0,45	15,53	77
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	сок	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	775	22,43	19,07	157,85	819,47

Завтрак (для питающихся за счет родительского вноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш.	50	2,93	0,45	15,53	77
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Итого	538	29,73	136,78	709,95	589,00
№ рецепта	Обед для обучающихся начальных классов	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	50	2,93	0,45	15,53	77
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	сок	200	1	0,2	20,2	92
	Рассольник ленинградский с сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
	Итого	845	42,62	167,54	923,65	778,00м

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/