

Утверждено
Директор МБОУ СОШ
Гимазов А.Г.

Меню на 24.5.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

Наименование блюда	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Каша гречневая вязкая с маслом	134/4	4,13	3,97	16,61	128,54	
тефтели говяжьи в томат соусе	60/40	8,76	12,21	8,85	180,84	
Хлеб пш.	50	3,6	0,45	24,75	117	
Компот из заморож. фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40	
Итого	824	20,61	24,85	85,94	574,05	

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

Наименование блюда	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Каша гречневая вязкая с маслом	134/4	4,13	3,97	16,61	128,54	
тефтели говяжьи в томат соусе	60/40	8,76	12,21	8,85	180,84	
Хлеб пш.	50	3,6	0,45	24,75	117	
Компот из заморож. фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40	
Итого	824	20,61	24,85	85,94	574,05	

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

Наименование блюда	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Каша гречневая вязкая с маслом	134/4	4,13	3,97	16,61	128,54	
тефтели говяжьи в томат соусе	60/40	8,76	12,21	8,85	180,84	
Хлеб пш.	50	3,6	0,45	24,75	117	
Компот из заморож. фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40	
Итого	824	20,61	24,85	85,94	574,05	

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

Наименование блюда	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Суп - лапша	200	2,22	4,23	12,49	97,08	
Жаркое по домашнему	180	11,56	14,11	21,08	257,88	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
Хлеб рж	40	0,24	0,4	13,8	68	
Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68	
Итого	920	22,1	24,3	96,0	689,2	

Завтрак (для обучающихся за счет родительского взноса)

Наименование блюда	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Каша гречневая вязкая с маслом	134/4	4,13	3,97	16,61	128,54	
тефтели говяжьи в томат соусе	60/40	8,76	12,21	8,85	180,84	
Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68	
Компот из заморож. фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40	
Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,16	

Повар

Ибрагимова И.Р.

/ФИО/