

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №4 с. Верхнеяркеево С.М.Хакимова

Меню на 25 апреля 2022 г.**Обед для обучающихся всех начальных классов**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ОБЕД						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
94,00	Суп молочный с крупой (рисовая крупа)	200	5,80	5,48	15,57	146,80
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
38	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за обед		860	29,86	35,86	109,23	895,33

Обед для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
94,00	Суп молочный с крупой (пшеная крупа)	250	7,25	6,85	23,21	183,50
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
38	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за обед		950	33,66	40,36	125,13	1003,00

Обед для детей, питающихся за счет родительского взноса

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			3	4	5	
Завтрак						
211,05	Макаронные изделия с маслом	200	7,76	4,31	49,49	280,6
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
Итого за Завтрак			25,73	25,66	87,09	682,90
540						

Обед и полдник для обучающихся с ОВЗ и для детей – инвалидов 1- 4 классов

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за обед			23,75	23,21	99,14	698,17
720						
Полдник						
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Полдник			610	25,86	30,18	88,76
Итого за день			1330	47,61	53,39	187,90
						1423,20

Обед и полдник для обучающихся с ОВЗ и для детей – инвалидов 5-11 классов

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Полдник						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за обед		740	25,44	22,12	103,30	738,74
Полдник						
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Полдник		650	26,21	33,31	97,02	796,00
Итого за день		1390	51,65	55,43	200,32	1534,74

Повар

Валиева Г.Г.