

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимгареева Г.З.



Меню на 09.09.2021 г

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей, для обуч-ся нач.классов)

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическ ая ценность, ккал
469,02	Фрикадельки мясные с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	580/40	13,03	23,11	84,59	187,09

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вноса)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
469,02	Фрикадельки мясные с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	470/40	16,95	15,86	84,46	470,56

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
469,02	Фрикадельки мясные с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63
138,21	Картофельное пюре	160	3,5	5,42	23,6	157,53
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
	ИТОГО	470/40	16,23	23,01	79,09	510,66

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
2,10	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
67,32	Свекольник со сметаной	200/10	2,25	4,93	14,74	112,75
423,18	Тефтели рыбные с томатным соусом	60/40	7,86	6,26	8,12	120,8
302,01	Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,81	8,49	21,54	181,60
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского пит.	45	3,6	0,45	34,75	117
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	765	23,9	23,71	137,16	819,27

Повар Ангирова Г.Р.

Меню

09.09.2021

Завтрак

Каша молочн ячнев	-200
Какао с молоком	-200
Бутерборт с повидл	-40/10

II Завтрак

Яблоки	-90
--------	-----

Обед

Винегрет	-60
Суп карт с рыбн консерв	-200
Картофельн пюре	-150
Биточки	-76
Кисель фруктов	-200
Хлеб пшенич	-50

Полдник

Каша молочн рисов	-200
Чай слад с лимон	-200
Хлеб пшеничн	-30



