

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Аккузово
Ф.В.Гайнуллина



Меню на 01.09.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610.03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420.06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
282.11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Итого	720	20,686	15,91	98,14	618,5

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610.03	Рис припущеный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
420.06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
282.11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Итого	970	19,42	13,40	85,16	541,69

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
40	Котлеты рыбные с соусом	60	9	4	9	108
610.03	Рис припущеный	200	5,05	8,75	51,94	306,50
420.06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
282.11	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Итого	510	18,05	13,25	98,42	584,40

Повар:  Гиндуллина А.В