

Утверждаю»

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
Для 1-4 классов и ОВЗ 07.05.2021



Директор школы:
О.С. Абдуллина/

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,88	0,39	23,86	114,46	1.5	2021
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,90	22,34	36,32	426,00	311	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11	261	2022
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК №2	2022
Итого за прием пищи:	560	24,37	23,13	80,07	628,57		
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,47	4,03	7,16	71,55	66	2022
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	2,63	5,11	16,73	123,53	207	2022
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	13,15	20,81	11,97	387,58	268	2011
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,26	0,01	10,29	43,42	262	2022
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1.5	2021
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	2,43	1,02	12,66	66,60	1.6	2021
Итого за прием пищи:	767	22,27	31,21	73,13	761,36		
Всего за день:		46,64	54,34	153,20	1 289,93		

Ежедневное меню столовой МБОУ СОШ с. Кугарчи
для 5-9 классов и ОВЗ 07.05.2021

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,66	0,47	28,63	137,35	1.5	2021
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	23,25	22,63	41,55	463,19	311	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11	261	2022
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК №2	2022
Итого за прием пищи:	600	28,50	23,50	90,07	688,65		
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,83	5,04	8,95	89,43	66	2022
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	2,63	5,11	16,73	123,53	207	2022
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	14,60	23,07	13,28	318,91	268	2011
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,26	0,01	10,29	43,42	262	2022
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1.5	2021
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО- ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	2,43	1,02	12,66	66,60	1.6	2021
Итого за прием пищи:	827	24,08	34,48	76,23	710,57		
Всего за день:		52,58	57,98	166,30	1 399,22		

Повар

Ваганова М.И.

Ваганова М.И.