

Утверждаю
Директор
МБОУ СОШ с Елимбетово
им.Героя Советского Союза Хасанова С.Х.
Г.А.Абдуллина



Меню на первая неделя /Вторник 07.11.23

Завтрак общий

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		углеводы	ККАЛ
			Всего	в т.ч жив	Всего	Раст.		
1	Винегрет овощной	110	1,58	0,00	2,83	0,00	11,12	72,59
2	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97
3	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
	Всего		16,93	0,03	27,55	0,42	106,18	567,28

Завтрак для обучающихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч жив	всего	в т.ч раст		
1	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73
2	Чай с лимоном и сахаром	200	0,12	0,00	0,02	0,02	9,83	38,66
3	Мясо кур отварное в соусе	90	10,48	10,19	10,07	0,03	2,19	141,13
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
5	Йогурт	100	2,93	0,00	2,50	0,00	11,29	77,12
	Всего		24,41	10,21	18,36	0,29	83,87	583,20

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч жив	всего	в т.ч раст		
1	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97
2	Чай с лимоном и сахаром	200	0,12	0,00	0,02	0,02	9,83	38,66
3	Мясо кур отварное в соусе	100	11,64	11,32	11,19	0,03	2,44	156,81
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
5	Йогурт	100	2,93	0,00	2,50	0,00	11,29	77,12
	Всего		28,44	11,35	21,32	0,30	99,12	683,13

Завтрак для обучающихся с ОВЗ

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч жив	всего	в т.ч раст		
1	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97
2	Чай с лимоном и сахаром	200	0,12	0,00	0,02	0,02	9,83	38,66
3	Мясо кур отварное в соусе	100	11,64	11,32	11,19	0,03	2,44	156,81
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
6	Йогурт	100	2,93	0,00	2,50	0,00	11,29	77,12
	Всего		28,44	11,35	21,32	0,30	99,12	683,13

Обед для обучающихся с ОВЗ

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		Углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч.жив	всего	в т.ч.раст		
1	Винегрет овощной	110	1,58	0,00	2,83	0,00	11,12	72,59
2	Суп картофельный с крупой	300	3,17	0,01	2,58	0,42	25,85	136,15
3	Плов из курицы	200	18,24	15,72	23,20	0,00	33,92	416,87
4	Кисель Валетек	200	0,00	0,00	0,00	0,00	21,74	84,56
5	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
6	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
	Всего		27,25	15,74	29,21	1,02	120,68	841,74

Повар Аканаева Г Р