

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

Меню на 2-ая неделя /Четверг

18.01.2024

Завтрак общий

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки,г		Жиры,г		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1	Картофельное пюре	200	4,07	0,91	6,34	0,00	28,90	187,39
2	Фрикадельки мясные	80	12,43	12,21	12,35	0,00	6,62	187,14
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
	Всего		20,55	13,12	19,14	0,40	70,96	535,62

Завтрак для обучающихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	жив.	всего	раст.		
1	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58
2	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100	8,92	8,62	8,01	0,00	7,42	137,10
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
5	Сыр	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
	Всего		23,25	11,27	16,85	0,24	80,51	553,77

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	жив.	всего	раст.		
1	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97
2	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100	8,92	8,62	8,01	0,00	7,42	137,10
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
5	Сыр	12	3,16	3,16	3,19	0,00	0,00	42,07
	Всего		27,59	11,80	19,02	0,40	102,88	677,22

Завтрак для обучающихся с ОВЗ

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	жив.	всего	раст.		
1	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,47	0,03	7,37	0,00	60,02	336,97
2	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	100	8,92	8,62	8,01	0,00	7,42	137,10
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
5	Сыр	12	3,16	3,16	3,19	0,00	0,00	42,07
	Всего		27,59	11,80	19,02	0,40	102,88	677,22

Обед для обучающихся с ОВЗ

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		Углеводы	ККАЛ
			всего	жив.	всего	раст.		
1	Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы	100	2,19	0,00	6,31	0,00	10,19	101,65
2	Свекольник	300	2,97	0,34	5,37	0,00	21,31	138,32
3	Рыба, тушенная в томате с овощами	120	10,69	10,04	5,24	0,02	6,55	113,12
4	Картофельное пюре	200	4,07	0,91	6,34	0,00	28,90	187,39
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
7	Масло сливочное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75
8	Кофейный напиток на молоке	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76
	Всего		27,07	14,37	34,92	0,62	109,99	840,56

Повар : Аканаева Г.Р.