

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

Меню на 1-ая неделя /понедельник

04.12.2023

Завтрак общий

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст		
1	Щи из свежей капусты со сметаной	300	2,20	0,00	3,62	3,21	11,12	82,19
2	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11
3	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
4	Фрикадельки из куриные	100	8,00	0,00	12,00	0,00	15,00	218,00
	Всего		14,08	0,00	16,04	3,63	61,16	457,91

Завтрак для обучающихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст		
1	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,92	0,02	6,20	0,00	46,59	273,10
2	Биточки куриные	90	12,22	8,75	11,84	0,00	7,08	183,60
3	Чай витаминный	200	0,08	0,00	0,02	0,00	8,86	33,45
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
	Всего		22,49	8,77	18,29	0,24	78,08	563,72

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 пшеничная рассыпчатая	200	8,80	0,03	6,89	0,00	51,77	303,45
2	Биточки куриные	100	13,57	9,72	13,15	0,00	7,87	204,00
3	Чай витаминный	200	0,08	0,00	0,02	0,00	8,86	33,45
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
	Всего		26,25	9,75	20,46	0,40	94,40	663,50

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 пшеничная рассыпчатая	200	8,80	0,03	6,89	0,00	51,77	303,45
2	Биточки куриные	100	13,57	9,72	13,15	0,00	7,87	204,00
3	Чай витаминный	200	0,08	0,00	0,02	0,00	8,86	33,45
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
	Всего		26,25	9,75	20,46	0,40	94,40	663,50

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	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	0,00	6,01	6,01	4,01	72,15
2	Щи из свежей капусты со сметаной	300	2,20	0,00	3,62	3,21	11,12	82,19
3	Макароны отварные	200	7,07	0,03	4,70	0,00	45,53	252,08
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,53	0,17	0,06	0,00	32,22	122,85
5	Рыба, тушенная с овощами	130	16,06	16,43	10,74	6,99	6,43	183,65
6	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
7	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
	Всего		30,99	16,63	25,73	16,82	127,37	844,49

Повар Аканаева Г Р