

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

Меню на 2-неделя/Среда/

31.01.2024

Завтрак общий

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1	Макароньы отварные с овощами	200	5,65	0,03	4,51	0,00	33,80	195,75
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	Яблоки	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
	Всего		9,93	0,03	5,33	0,82	80,44	402,15

Завтрак для обучающихся 1-4 классов

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1	Плов из курицы	160	14,59	12,58	18,56	0,00	32,14	333,50
2	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11
3	Масло сливочное порционное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,00	0,24	0,24	15,54	73,56
5	Яблоки	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
	Всего		17,40	12,63	27,47	0,66	68,49	565,60

Завтрак для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1	Плов из курицы	200	18,24	15,72	23,20	0,00	33,92	416,87
2	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11
3	Масло сливочное порционное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
5	Яблоки	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
	Всего		22,57	15,77	32,27	0,82	80,64	698,02

Завтрак для обучающихся с ОВЗ

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки		Жиры		углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
1	Плов из курицы	200	18,24	15,72	23,20	0,00	33,92	416,87
2	Чай с сахаром	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11
3	Масло сливочное порционное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,00	0,40	0,40	25,90	122,61
5	Яблоки	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
	Всего		22,57	15,77	32,27	0,82	80,64	698,02

Обед для обучающихся с ОВЗ

№	Наименование блюда	Выход ,г	Белки ,г		Жиры ,г		Углеводы	ККАЛ
			всего	в т.ч. жир.	всего	в т.ч. раст.		
1	Овощи натуральные свежие	100	0,80	0,00	0,10	0,06	3,50	15,93
2	Суп крестьянский с крупой	300	2,81	0,30	6,62	0,00	17,76	138,19
3	Макароньы отварные с овощами	200	5,65	0,03	4,51	0,00	33,80	195,75
4	Гуляш	100	13,80	13,26	14,30	0,00	3,48	197,31
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	Сыр	15	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59
8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,53	0,17	0,06	0,00	32,22	122,85
	Всего		31,79	17,71	30,18	0,60	118,81	854,20

Повар Аканаева Г Р