«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Расмгужина Р.М.

Меню на 2 сентября 2021 г

Завтрак для обучающихся с 1-4 класс, детей из ММС, ОВЗ и детей инвалидов

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
80,62	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
282,11	Напиток витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак			20,60	17,48	78,33	553,68
Обед						
53,42	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/60	1,68	4,86	7,36	80,73
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50/50	19,83	17,99	2,93	251,97
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	22	104
Итого за Обед			30,53	27,56	79,35	687,10
Итого за день			51,13	45,04	157,68	1240,78

Для обучающихся с 5-11 класс, питающихся на родительские взносы

Выход блюд, г	Наименование блюд
90	Гуляш из курицы
100	Макароны отварн.
200	Чай с сахаром
85	Хлеб

Повар: _____ / Константинова Г.И. /