

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Раемгужина Р.М.

Меню на 3 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)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
401,08	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	0,06	52,88
78,03	Жаркое по-домашнему	250	14,97		16,15	1,97	214,08
285	Чай с сахаром	200	0,06		0,01	10,19	42,28
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4		0,5	27,5	130
10,00	Печенье	35	3,2		3,2	4,5	62
			22,29		25,66	44,26	501,24
Итого за Завтрак							
Обед							
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68		3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом с мясом птицы	250/60	6,62		3,88	28,57	175,69
118,08	Рагу овощное с мясом птицы	150	12,96		15,24	12,02	237,8
294,01	Компот из сухофруктов	200	0,16		0,16	18,89	78,65
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2		0,4	22	104
			22,42		22,64	79,18	612,10
Итого за Обед							
			44,71		48,30	123,44	1113,34
Итого за день							

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
50	Тефтели
100	Гречка отварн.
200	Чай с сахаром
85	Хлеб

Повар: Янгалина Г.М.