

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Раемгужина Р.М.

Меню на 6 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
<b>Завтрак</b>						
	Сыр (порциями)	10	2,63		2,66	35
445,3	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
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
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
<b>Итого за Завтрак</b>			19,79	16,71	83,43	562,93
<b>Обед</b>						
53,42	Щи из свежей капусты с мясом птицы	200/60	1,68	4,86	7,36	80,73
80,55	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)	50/50	9,15	7,03	1,96	108,13
611,02	Рис припущенный	150	4,55	7,88	46,75	275,89
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
<b>Итого за Обед</b>			30,53	27,56	79,35	687,10
<b>Итого за день</b>			51,13	45,04	157,68	1240,78

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
90	Плов из мяса курицы
200	Чай с сахаром
85	Хлеб

Повар: \_\_\_\_\_

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

*Р.М.* Рамгужина Р.М.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 6 СЕНТЯБРЯ 2021г.**

*Для обучающихся, проживающих в пришкольном интернате*

Выход блюдо, г	Наименование блюд
	<b>ЗАВТРАК</b>
100	КАША ПШЕНИЧНАЯ
200	ЧАЙ С САХАРОМ
50	ХЛЕБ
	<b>ОБЕД</b>
250	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗД.
100	ГРЕЧКА ОТВАРН.
50	СОУС ТОМАТНЫЙ
200	ЧАЙ С САХАРОМ
100	ХЛЕБ
	<b>УЖИН</b>
100	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
80	ГУЛЯШ
200	ЧАЙ С САХАРОМ
80	ХЛЕБ

Повар интерната: \_\_\_\_\_

*Янгалина Г.М.*

Янгалина Г.М.