

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муынак

Кутушева Г.К.

Меню на 15 октября 2024 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						
308	Птица тушеная в соусе с овощами	200	14,8	26,1	17,7	352,2
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	14,3	58,4
3	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,10	118,4
442	Сок	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак			19,90	26,6	77,30	621,0
Обед 1-4 классы/5-11 классы						
30	Салат «СТЕПНОЙ»	60/100	0,9/1,4	6,1/10,1	4,5/7,6	77,0/128,6
77	Борщ с картофелем	200/250	7,1/8,8	8,8/11,1	11,7/14,5	149,4/186,8
209	Макаронные изделия отварные	150/200	5,3/7	4,5/5,9	32,5/43,5	187,3/249/4
259	Гуляш	90/100	12,8/14,3	15,7/17,4	2,8/3,1	195,6/217,3
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	21,8	86,20
3	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
4	Яблоко	150				
Итого за Обед			31,4/37,3	35,5/45,4	108,4/138,5	861,3/1096,1
Итого за день			51,3/57,2	62,1/72,0	185,7/215,8	1482,3/1717,1

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
200	Птица тушеная в соусе с овощами
200	Чай с сахаром и лимоном
50	Хлеб пшеничный

Повар: Кутушева З.Б.