

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Кутушева Г.К.

Меню на 18 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						
259	Гуляш	100	14,30	17,40	3,10	217,30
125	Картофельное пюре	200	3,40	4,40	22,00	137,20
430	Чай с сахаром	200	0,20		14,10	56,20
3	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
9	Сок	200	2,40	1,80	3,60	57,60
			25,60	24,00	77,90	634,10
Итого за Завтрак						
Обед ОВЗ 1-4 классы/5-11 классы						
	Морковь тертая	60/100	0,6/1	1,2/2,1	4,5/7,5	32,4/54
91	Рассольник Ленинградская	200/250	7,3/9,1	8,8/11,3	12,4/15,4	153,7/192,5
231	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,90	7,90	2,40	119,70
325	Рис отварной	180	4,30	7,10	43,80	250,70
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	21,80	86,20
3	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
			28,4/30,6	25,4/28,8	120,0/126,0	850,5/868,9
Итого за Обед						
			54,0/56,2	49,4/52,8	197,9/203,9	1442,6/1503,0
Итого за день						

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
100	Гуляш
200	Картофельное пюре
200	Чай с сахаром
50	Хлеб

Повар: Кутушева З.Б.