

«Утверждаю»  
 Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак  
 Кутушева Г.К.



Меню на ноябрь 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
<b>Завтрак</b>						
311	Плов из говядины	200	14,9	21,5	38,2	393,3
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	21,8	86,2
3	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,10	118,4
	Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5
			22,5	26,7	122,3	806,4
<b>Итого за Завтрак</b>						
<b>Обед ОВЗ 1-4 классы/5-11 классы</b>						
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	77,1/8,8	8,8/11,1	11,7/14,5	149,4/186,8
209	Макароны отварные	150	5,3	4,5	32,6	186,8
314	Котлеты рубленные из птицы	90/100	14,2/15,8	20,1/22,2	13,1/14,6	278,1/308,6
364	Соус томатный	30	0,2	1,7	1,8	23,9
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	14,30	58,4
3	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,4	35,1	165,8
	Фрукты	0/150	0/0,5	0/0,5	0/12,9	0/62
			33,3/37,6	41,6/50,5	113,1/133,4	939,4/1120,9
<b>Итого за Обед</b>						
			55,8/ 60,1	68,3/77,2	235,4/ 255,7	1745,8/ 1927,3
<b>Итого за день</b>						

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
200	Плов из говядины
200	Компот из смеси сухофруктов
50	Хлеб

Повар :  / Кутушева З.Б. /