

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Кутушева Г.К.

Меню на 16.09 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						
184	Каша пшениная вязкая	200	7,6	8,7	36,7	249,30
430	Чай с сахаром	200	0,2	0	14,10	56,20
3	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,10	118,40
14	Сыр (порциями)	15	3,4	4,3	0	53
7	Апельсин	150	1,2	0,3	10,7	56,8
Итого за Завтрак			16,20	13,6	86,6	533,7
Обед ОВЗ 1-4 кл/5-11 кл						
50	Салат свеколка	60/100	1/1,7	6/10,1	9,4/15,8	96,4/160,9
84	Щи из свежей капусты с картофелем	200/250	6,9/8,6	8,7/11,1	6,5/8,3	128,9/161,1
258	Жаркое по-домашнему	240/300	15,5/19,3	19,1/23,9	20,7/26,0	305,6/381,8
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0	14,30	58,4
3	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
Итого за Обед			29,0/35,2	34,2/45,5	86,0/99,5	755,1/928,0
Итого за день			45,2/51,4	47,8/59,1	172,6/186,1	1288,8/1461,7

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
200	Каша пшениная вязкая
200	Чай с сахаром
50	Хлеб
15	Сыр(порциями)

Повар: Кутушева Кутушева З.Б.