

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Кутушева Г.К.

Меню на 13 ноября 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>						
190	Каша « Дружба»	200	4,1	7,5	22,1	167,1
405	Кисель витаминизированный	200	0	0	17,4	68,8
3	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,10	118,4
	Апельсин	150	1,2	0,3	10,7	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>			12,10	10,5	112,8	594,1
<b>Обед ОВЗ 1-4 классы/5-11 классы</b>						
50	Салат «Свеколка»	60/100	1,0/1,7	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	6,5/8,0	128,9/159,7
231	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,9	7,9	2,4	119,7
325	Рис отварной	180	4,30	7,10	43,8	250,7
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	21,8	86,2
3	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,4	35,1	165,8
442	Сок	200	1	0,2	20,2	92
<b>Итого за Обед</b>			29,4/31,8	30,3/36,8	139,2/147,1	939,7/ 1035,0
<b>Итого за день</b>			41,5/ 43,9	40,8/47,3	252,0/259,9	1533,8/1629,0

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

Выход блюд, г	Наименование блюд
200	Каша « Дружба»
200	Кисель витаминизированный
150	Апельсин
50	Хлеб пшеничный

Повар: Кутушева З.Б.