



"Утверждаю"  
 Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево  
 Гумеров А.Г.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 25.10 2022 года  
 Рацион Школьное меню

День: вторник  
 Неделя: 2

**Для обучающихся 1-4 классов и детей из ММС**

№ 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>						
123,00	Каша пшенная молочная	230/6	8,40	10,30	38,80	282,00
610,03	Бутерброд с маслом	35	9,70	9,90	30,80	256,00
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
39	Яблоко	190	0,8	0,5	12,25	58,8
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,2	0,4	22	104
<b>Итого за Завтрак</b>			22,10	21,10	113,83	740,65

**Для детей с ОВЗ**

№ 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>						
123,00	Каша пшенная молочная	230/6	8,40	10,30	38,80	282,00
610,03	Бутерброд с маслом	35	9,70	9,90	30,80	256,00
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
39	Яблоко	190	0,8	0,5	12,25	58,8
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,2	0,4	22	104
<b>Итого за Завтрак</b>			22,10	21,10	113,83	740,65
<b>Обед</b>						
2,1	Салат из моркови	60	1,38	3,08	7,01	62,12
53,39	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/30	1,55	4,11	7,18	72,63
131,80	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
<b>Итого за Обед</b>			22,1	24,3	89,0	663,9
<b>Итого за день</b>			44,24	45,44	202,78	1404,51

Заместитель директора по ВР

*Душанбаева З.Р.* Душанбаева З.Р.

Повар

*Ибрагимова Г.Х.* Ибрагимова Г.Х.