



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

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.12. 2022 года

Рацион: Школьное меню

День: четверг

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>						
122,00	Каша манная молочная	230/6	7,50	10,20	36,70	268,0
282,11	Кисель витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
38,59	Яблоко	190	0,8	0,5	12,3	59
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,6	0,45	24,75	117
<b>Итого за Завтрак</b>			11,90	11,15	83,40	482,75

**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>						
122,00	Каша манная молочная	230/6	7,50	10,20	36,70	268,0
282,11	Кисель витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
38,59	Яблоко	190	0,8	0,5	12,3	59
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,6	0,45	24,75	117
<b>Итого за Завтрак</b>			11,90	11,15	83,40	482,75
<b>Обед</b>						
53,39	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/30	1,55	4,11	7,18	72,63
97,64	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	250	11,56	14,11	21,08	257,88
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,6	0,45	24,75	117
<b>Итого за Обед</b>			15,16	14,56	55,81	414,78
<b>Итого за день</b>			27,06	25,71	139,21	897,53

Заместитель директора по ВР

Повар

*Душанбаева З.Р.*  
*Ибрагимова Г.Х.*

Душанбаева З.Р.

Ибрагимова Г.Х.