

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево

Гумеров А.Г.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 23.01. 2023 года

Рацион: Школьное меню

День: понедельник

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
Завтрак						
401	Бутерброд с маслом	35	0,06	5,8	0,1	52,88
78	Жаркое по-домашнему	275	15,00	16,20	2,00	214,08
283	Чай с сахаром	200			10,00	40,0
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
725	Печенье	50	20	17,0	40,0	384
Итого за Завтрак			19,00	16,70	39,50	384,08

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
Завтрак						
401	Бутерброд с маслом	35	0,06	5,8	0,1	52,88
78	Жаркое по-домашнему	275	15,00	16,20	2,00	214,08
283	Чай с сахаром	200			10,00	40,0
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
725	Печенье	50	20	17,0	40,0	384
Итого за Завтрак			19,00	16,70	39,50	384,08
Обед						
25	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129	Суп картофельный с горохом с мясом птицы	250/35	6,62	3,88	28,57	175,69
233	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	75/50	20,00	18,00	3,00	252,00
211	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	6,00	4,30	37,10	210,0
283	Чай с сахаром	200			10,00	40,0
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	22	104
582	Йогурт	120	10	16,5	75,5	470
Итого за Обед			36,50	29,69	106,62	836,65
Итого за день			55,50	46,39	146,12	1220,73

Заместитель директора по ВР

Душанбаева З.Р.

Душанбаева З.Р.

Повар

Ибрагимова Г.Х.

Ибрагимова Г.Х.