

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево

Гумеров А.Г.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 24.01. 2023 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
Завтрак						
123	Каша пшенная молочная	230/6	8,40	10,30	38,80	282,00
401	Бутерброд с маслом	35	9,70	9,90	30,80	256,00
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
39	Яблоко	215	0,8	0,5	12,25	58,8
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4,0	0,5	28	130
Итого за Завтрак			22,90	21,20	119,33	766,65

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
Завтрак						
123	Каша пшенная молочная	230/6	8,40	10,30	38,80	282,00
401	Бутерброд с маслом	35	9,70	9,90	30,80	256,00
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
39	Яблоко	215	0,8	0,5	12,25	58,8
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4,0	0,5	28	130
Итого за Завтрак			22,90	21,20	119,33	766,65
Обед						
2	Салат из моркови	60	1,38	3,08	7,01	62,12
53	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/35	1,70	4,90	7,40	81,00
132	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			10,00	40,0
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3	4,0	22,0	104
Итого за Обед			21,5	28,6	83,7	646,3
Итого за день			44,39	49,83	203,02	1412,98

Заместитель директора по ВР

Душанбаева З.Р.
Ибрагимова Г.Х.

Душанбаева З.Р.

Повар

Ибрагимова Г.Х.