

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево

Гумеров А.Г.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 26.01 2023 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
Завтрак						
401	Бутерброд с маслом	35	9,70	9,90	30,80	256,00
122	Каша манная молочная		7,50	10,20	36,70	268,0
282	Кисель витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
39	Яблоко	190	0,8	0,5	12,3	59
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4,0	0,50	27,50	130
Итого за Завтрак			12,30	11,20	86,15	495,75

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
Завтрак						
401	Бутерброд с маслом	35	9,70	9,90	30,80	256,00
122	Каша манная молочная		7,50	10,20	36,70	268,0
282	Кисель витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
39	Яблоко	190	0,8	0,5	12,3	59
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4,0	0,50	27,50	130
Итого за Завтрак			12,30	11,20	86,15	495,75
Обед						
53	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/35	1,70	4,90	7,40	81,00
78	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	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	50	4,0	0,50	27,50	130
Итого за Обед			19,00	16,70	39,50	384,08
Итого за день			31,30	27,90	125,65	879,83

Заместитель директора по ВР

Душанбаева З.Р.

Повар

Ибрагимова Г.Х.