

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево

Гумеров А.Г.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 31.01 2023 года

Рацион: Школьное меню

День: вторник

Неделя: 1

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	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88
78	Жаркое по-домашнему	275	15,00	16,20	2,00	214,08
285	Чай с сахаром	200			10,00	40,00
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
38	Апельсин	190	2	0,4	16,2	86
Итого за Завтрак			20,86	22,50	39,60	522,96

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на _____ 2023 года

Рацион: Школьное меню

День: вторник

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	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88
78	Жаркое по-домашнему	275	15,00	16,20	2,00	214,08
285	Чай с сахаром	200			10,00	40,00
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
38	Апельсин	190	2	0,4	16,2	86
Итого за Завтрак			20,86	22,50	39,60	522,96
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
118	Рагу овощное с мясом птицы	150	12,96	15,24	12,02	237,8
283	Чай с сахаром	200			10,00	40,0
420	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3	0,40	22,00	104
Итого за Обед			23,46	22,63	78,54	612,45
Итого за день			44,32	45,13	118,14	1135,41

Заместитель директора по ВР

Душанбаева З.Р.

Повар

Ибрагимова Г.Х.