

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево

Тумеров А.Г.



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 28.02 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
<b>Завтрак</b>						
308	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	15	26	18	352
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	14	58
3	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118
442	Сок	200	1	0	20	92
Итого за Завтрак			19,90	26,60	77,30	621,00

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>						
308	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	15	26	18	352
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	14	58
3	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118
442	Сок	200	1	0	20	92
			19,90	26,60	77,30	621,00
<b>Обед</b>						
	Салат «Степной»	60	0,90	6,10	4,50	77,00
	Борщ с картофелем	200	7,10	8,80	11,70	149,40
	Макаронные изделия отварные	150	5,30	4,50	32,50	187,30
	Гуляш	90	12,80	15,70	2,80	195,60
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	21,80	86,20
	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
Итого за Обед			31,40	35,50	108,40	861,30
Итого за день			51,30	62,10	185,70	1482,30

Заместитель директора по ВР

Повар

Душанбаева З.Р.

Ибрагимова Г.Х.