

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им. Г. Акманова д. Баишево

Мухамедьянов С.М.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.10 2024 год

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
<b>Итого за Завтрак</b>			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>						
30	Салат «Степной»	60	0,90	6,10	4,50	77,00
77	Борщ с картофелем	200	7,10	8,80	11,70	149,40
209	Макаронные изделия отварные	150	5,30	4,50	32,50	187,30
259	Гуляш из мяса кур	90	12,80	15,70	2,80	195,60
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	21,80	86,20
3	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
<b>Итого за Обед</b>			31,40	35,50	108,40	861,30
<b>Итого за день</b>			51,30	62,10	185,70	1482,30

Заместитель директора по УВР

Кульмухаметова Г.З.

Повар

Ибрагимова Г.Х.