

"Утверждаю"

Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево

Мухамедьянов С.М.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.10 20

Рацион: Школьное меню

День: четверг

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	
Завтрак						
304,272	Каша гречневая с котлетой из мяса кур и соусом	320	20	29	40	4
402	Компот из сухофруктов	200	0	0	22	8
3	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	1
6	Пряники	50	3	2	37	1
Итого за Завтрак						

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	
Завтрак						
304,272	Каша гречневая с котлетой и соусом	320	20	29	40	4
402	Компот из сухофруктов	200	0	0	22	8
3	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	1
6	Пряники	50	3	2	37	1
Итого за Завтрак			26,90	31,20	124,30	86
Обед						
35	Салат из белокочанной капусты	100	1,40	5,1	8,9	8
99	Суп картофельный с бобовыми	250	12,50	11,4	17,5	2
311	Плов из мяса кур	300	22,5	32,2	57,3	5
430	Чай с сахаром	200	0,20	0	14,10	5
3	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	16
7	Фрукты	150	1,2	0,3	10,7	5
442	Сок	200	1	0,2	20,2	1
Итого за Обед			44,1	49,6	163,8	12
Итого за день			71,0	80,8	288,1	23

Заместитель директора по УВР

Повар

Кульмухаметова

Ибрагимова