



Утверждаю
 Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево
 Мухамедьянов С.М.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 16.01 2025 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						
209,272	Макаронные изделия с котлетой из мяса кур и соусом	320	21	27	58	544
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	14	58
3	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118
5	Вафли	50	1	2	39	177
Итого за Завтрак			26	29	136	897

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						
209,272	Макаронные изделия с котлетой из мяса кур и соусом	320	21	27	58	544
431	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	14	58
3	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118
5	Вафли	50	1	2	39	177
Итого за Завтрак			26	29	136	897
Обед						
35	Салат из белокочанной капусты	100	1,4	5,1	8,9	87,7
99	Суп картофельный с бобовыми	250	12,5	11,4	17,5	214,8
324	Каша гречневая вязкая	180	5,4	6,1	23,7	166,7
259	Гуляш из мяса кур	100	14,3	17,4	3,1	217,3
430	Чай с сахаром	200	0,2	0	14,1	56,2
3	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,4	35,1	165,8
	Фрукты	150	1,2	0,3	10,7	56,8
Итого за Обед			40,3	40,7	113,1	965,3
Итого за день			67,2	70,4	249,6	1870,7

Заместитель директора по УВР

Кульмухаметова Г.З.

Повар

Ибрагимова Г.Х.