

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню 12 02 2025

Завтрак (для начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Каша гречневая рассыпчатая	180,6	6,40	6,93	34,30	
	Салат из свежей капусты	100				
	Тефтели с рисом	60	8,24	12,18	8,50	173,58
	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,01	40,51
	Хлеб ржаной	25	0,740	0,15	6,72	36,30
	Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25	30,11
	яблоко	130				
	Итого	550	24,45	30,48	84,42	212,50

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,85	5,08	24,95	261,3
	Салат из свежей капусты	100				
	Тефтели с рисом	60	8,24	12,18	8,50	
	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,01	
	Хлеб ржаной	25	0,740	0,15	6,72	
	Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25	
	яблоко	130				
	Итого	550	24,45	30,48	84,42	212,50

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,85	5,08	24,95	
	Салат из свежей капусты	100				
	Тефтели с рисом	60	8,24	12,18	8,50	173,58
	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,01	40,51
	Хлеб ржаной	25	0,740	0,15	6,72	36,30
	Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25	30,11

Позар;Ибрагимова И.Р

И