

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

Меню на 22 11 ..2024



Завтрак для начальных классов

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
	Картофельное пюре	200	5,0667	6,440	22,693	167,546
	Котлеты мясные в томатном соусе	100	11,400	10,530	18,690	216,610
	Напиток витаминизированный	200	0,080	0,020	10,010	40,510
	Хлеб рж	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Хлеб пш	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	печенье	100	4	5,5	32,7	196
	Итого	650	20,913	22,673	90,843	652,267

Завтрак для многодетный и малообеспеченных семей

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
	Картофельное пюре	200	5,0667	6,440	22,693	167,546
	Котлеты мясные в томатном соусе	100	11,400	10,530	18,690	216,610
	Напиток витаминизированный	200	0,080	0,020	10,010	40,510
	Хлеб рж	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Хлеб пш	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	печенье	50	4	5,5	32,7	196
	Итого	650	20,913	22,673	90,843	652,267

Завтрак для родительского взноса

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
	Картофельное пюре	200	5,0667	6,440	22,693	167,546
	Котлеты мясные в томатном соусе	100	11,400	10,530	18,690	216,610
	Напиток витаминизированный	200	0,080	0,020	10,010	40,510
	Хлеб рж	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Хлеб пш	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Итого	650	20,913	22,673	90,843	652,267

22