

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ

с.Р/саево Гимазов А.Г.

Меню на 28 09.2023

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины в томатном соусе	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	210/7	9,50	7,70	38,20	264,00
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
42	Сыр порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,36
	Итого	644	27,67	21,70	63,78	549,52

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины в томатном соусе	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	210/7	9,50	7,70	38,20	264,00
26	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
42	Сыр порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,36
	Итого	644	27,67	21,70	63,78	549,52

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины в томатном соусе	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	210/7	9,50	7,70	38,20	264,00
26	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
	Итого	619	26,65	11,87	84,87	515,98

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/