

Утверждаю

Директор школы  С.П.Закирова

Завтрак 1-4 классы, ММС 1 день

18.09.2023

Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	12,52	8	9	37	249
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,26	0	0	14	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,50	4	0	25	118
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	10,73	3	4	0	53
Апельсин	150	29,25	1	0	11	57
Итого за день			16	13	87	533

Обед 1-4, 5-11 классы для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Салат «Свеколка»		60/100	1,00/1,70	6,00/10,1	9,4/15,8	96,4/160,9
Щи из свежей капусты с капустой, картофелем		200/250	6,90/8,60	8,7/11,10	6,5/8,3	128,9/160,1
Жаркое по- домашнему		240/300	15,50/19,30	19,1/23,9	20,70/26,	305,60/381,8
Чай с сахаром и лимоном		200	0,30		14,30	58,40
Хлеб пшеничный		70	5,30	0,40	35,10	165,80
			29,00/35,20	34,2/45,5	86,0/99,50	755,1/928,0
Всего за день			49,60/55,80	48,0/59,3	179,5/193,	1329,1/1502,0

Завтрак РП

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ		200	7,60	8,70	36,70	249,30
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,20		14,10	56,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,80	0,30	25,10	118,40
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		15	3,40	4,30		53,00
фрукты		150	1,20	0,30	10,70	56,80
Итого за день			15,00	13,30	75,90	436,90

Повар



М.З.Давлетбакова