

Утверждаю

Директор школы  С.П.Закирова

Завтрак 1-4 классы, ММС 5 день

06.10.2023

| Наименование блюда        | Выход | Цена  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|---------------------------|-------|-------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                           |       |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| ГУЛЯШ с картофельным пюре | 300   | 43,07 | 17                | 21      | 25          | 354                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ             | 200   | 2,26  | 0                 | 0       | 14          | 56                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ            | 50    | 3,50  | 4                 | 0       | 25          | 118                              |
| Сок                       | 200   | 20,69 | 1                 | 0       | 20          | 92                               |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:            |       |       | 22                | 21      | 84          | 620                              |
|                           |       |       |                   |         |             |                                  |

Обед 1-4,5-11 классы для детей с ОВЗ

| Наименование<br>блюда             | Выход     |          | Химический состав |             |               | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|---------------|----------------------------------|
|                                   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г   |                                  |
| Морковь<br>тертая                 |           | 60/100   | 0,60/1,0          | 1,20/2,10   | 4,50/7,50     | 32,40/54,00                      |
| Рассольник<br>ленинградский       |           | 250      | 9,10              | 11,30       | 15,40         | 192,50                           |
| Рыба<br>тушеная с<br>овощами      |           | 100      | 10,90             | 7,90        | 2,40          | 119,70                           |
| Рис отварной                      |           | 180      | 4,30              | 7,10        | 43,80         | 250,70                           |
| Компот из<br>смеси<br>сухофруктов |           | 200      |                   |             | 21,80         | 86,20                            |
| Хлеб<br>пшеничный                 |           | 70       | 5,30              | 0,40        | 35,10         | 165,80                           |
|                                   |           |          | 28,40/30,60       | 25,40/28,80 | 120,00/126,00 | 808,50/868,90                    |
| Всего за день                     |           |          | 54,00/56,20       | 49,40/52,80 | 197,90/203,90 | 1442,60/1503,00                  |

Завтрак РП

| Наименование блюда        | Выход | Цена  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|---------------------------|-------|-------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                           |       |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| ГУЛЯШ с картофельным пюре | 300   | 43,07 | 17                | 21      | 25          | 354                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ             | 200   | 2,26  | 0                 | 0       | 14          | 56                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ            | 50    | 3,50  | 4                 | 0       | 25          | 118                              |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:            |       |       | 21                | 21      | 64          | 528                              |
|                           |       |       |                   |         |             |                                  |

Повар

 М.З.Давлетбакова