

Утверждаю

Директор школы

С.П.Закирова

Завтрак 1-4 классы, ММС 3 день

18.10.2023

Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМ И РИСОМ	250	51,06	17	13	38	557
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	11,66	0	0	17	69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,50	4	0	25	118
Яблоко	150	18,00	1	1	13	62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22	14	93	806

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	
Винегрет овощной	60/100		0,60/0,8	6,10/10,10	3,20/5,20	69,10/115,40
Суп крестьянский с крупой	200/250		7,10/8,8	9,50/11,9	10,50/13,0	150,30/188,10
Каша гречневая вязкая	150		4,30	5,00	18,70	133,50
Котлеты рубленые из птицы	90/100		14,20/15,8	20,10/22,2	13,10/14,6	278,10/308,60
Соус томатный	30		0,20	1,70	1,80	23,90
Чай с сахаром	200		0,20	0	14,10	56,20
Хлеб пшеничный	70		5,30	0,40	35,10	165,80
Яблоко	150		1	1	13	62
			31,90/35,40	42,80/51,30	96,50/102,50	876,90/991,50
Всего за день			48,10/51,60	56,40/64,90	183,10/189,10	1410,60/1525,20

Завтрак РП

Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМ И РИСОМ	250	51,06	17	13	38	557
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	11,66	0	0	17	69
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,50	4	0	25	118
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			21	13	80	744

Повар

М.З.Давлетбакова