

Утверждаю

Директор школы

С.П.Закирова

Завтрак 1-4 классы, ММС 3 день

10.01.2024

| Наименование блюда                             | Выход | Цена  | Химический состав |        |            | Энергетическая<br>ценность,ккал |
|------------------------------------------------|-------|-------|-------------------|--------|------------|---------------------------------|
|                                                |       |       | Белки,г           | Жиры,г | Углеводы,г |                                 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В<br>ТОМАТЕ С ОВОЩАМ И<br>РИСОМ | 250   | 51,06 | 17                | 13     | 38         | 557                             |
| КИСЕЛЬ<br>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<br>блюда           | Выход    |         | Химический состав |             |               | Энергетическая<br>ценность,ккал |
|---------------------------------|----------|---------|-------------------|-------------|---------------|---------------------------------|
|                                 | Брутто,г | Нетто,г | Белки,г           | Жиры,г      | Углеводы,г    |                                 |
| Винегрет<br>овощной             |          | 60/100  | 0,60/0,8          | 6,10/10,10  | 3,20/5,20     | 69,10/115,40                    |
| Суп<br>крестьянский с<br>крупой |          | 200/250 | 7,10/8,8          | 9,50/11,9   | 10,50/13,0    | 150,30/188,10                   |
| Каша<br>гречневая<br>вязкая     |          | 150     | 4,30              | 5,00        | 18,70         | 133,50                          |
| Котлеты<br>рубленые из<br>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<br>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<br>ценность,ккал |
|------------------------------------------------|-------|-------|-------------------|--------|------------|---------------------------------|
|                                                |       |       | Белки,г           | Жиры,г | Углеводы,г |                                 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В<br>ТОМАТЕ С ОВОЩАМ И<br>РИСОМ | 250   | 51,06 | 17                | 13     | 38         | 557                             |
| КИСЕЛЬ<br>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