



Утверждаю

Директор школы

С.П.Закирова

Завтрак 1-4 классы, ММС, СВО 1 день

05.02.2024

| 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