

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Итеево



Хасанова Г.Ф.

Меню на 12.02.2025

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жирь	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
330	Каша гречневая 170	170	9,870	6,200	44,600	273,290
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной обогащенный(для детского питания)15	15	0,740	0,150	6,720	31,500
Итого за завтрак		570	21,305	19,199	91,665	629,088

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей СВО)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жирь	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
265	Соус томатный	40	0,213	1,463	2,088	22,411
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		650	22,799	20,783	101,708	689,061

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жирь	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
265	Соус томатный	40	0,213	1,463	2,088	22,411
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		550	22,399	20,383	91,908	642,061

Завтрак (для обучающихся ОВЗи для детей - инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
265	Соустоматный	40	0,213	1,463	2,088	22,411
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	100 0,400 0,400 9,800	47,000				
Итогоза обед		800	31,182	35,188	93,768	822,873

Обед(для обучающихся ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда,гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
24	Салатиз свеклы срастительным маслом 60	100	1,650	8,333	9,900	118,933
57	Суп картофельный с гречневой крупой-250	250	3,375	4,375	17,088	119,650
112	Запеканка с мясом 200	200	23,157	21,77	25,200	386,240
282	Напиток из плодов шиповника 200г	200	0,680	0,280	29,620	136,600
1	Хлебпшеничный, обогащенный витаминами20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
2	Хлебржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
Итогоза день			31,582	35,58	103,57	869,873

Повар Мударисова Г.И./