



Утверждаю:
Директор школы
/А.Б. Борлаков/

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ МБОУ «СОШ а. ГЮРЮЛЬДЕУК»

Вводится с 01.09.2021

Сезон: осенний

Вариант 1

Дата 8 11 2021 год

Наименование сборника рецептов: "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях", под ред. Могильного М.П., 2011 г. (рекомендован НИИ питания РАМН 1 ноября 2011 г.)

	Наименование блюда	номер рецепта	выход блюда , г.	цена	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность, ккал
					белки	жиры	углеводы	
	Первая неделя. Первый день							
<i>Завтрак</i>	Сыр российский (порциями)	15	15	8,16	3,48	4,43	0,00	54
	Каша жидкая молочная из крупы пшенной с маслом и сахаром	182	220	14,60	7,51	11,72	47,03	325
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	30	1,74	2,37	0,30	14,49	70
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	10	0,56	0,56	0,11	4,94	23
	Яйца вареные	209	40	6,86	5,08	4,60	0,28	63
	Икра кабачковая	ПРОМ	20	1,70	0,20	1,40	1,36	19
	Кофейный напиток с молоком	379	200	9,50	1,17	2,68	15,95	101
	Яблоки свежие	338	150	12,00	0,60	0,60	14,70	71
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
-	итого завтрак		685	55,12	20,97	25,84	98,75	726
<i>Обед</i>	Салат витаминный (1 вариант)	48	60	5,44	0,50	3,66	3,16	48
	Суп картофельный с горохом	102	250	7,00	5,49	5,27	16,54	148
	Шницель (биточки, котлеты) из говядины	268	80	38,25	13,33	16,46	13,02	262
	Каша рассыпчатая пшенная (гарнир)	302	150	6,16	6,60	35,73	37,88	230
	Соус томатный с овощами	463	30	3,36	0,40	1,20	2,20	22
	Компот из смеси сухофруктов	349	200	3,66	0,66	0,09	32,01	133
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	20	1,16	1,58	0,20	9,66	47
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	30	1,68	1,68	0,33	14,82	69
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
-	итого обед		820	66,71	30,24	62,94	129,29	959
-	итого за первый день первой недели		1505	121,83	51,21	88,78	228,04	1 685

Повар Биджиева /К.Х. Биджиева/