



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 26.11.2021 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)			Энерге т. ценнос ть, ккал
					белки	жиры	угле- воды	
	Вторая неделя. Второй день							
Завтрак	Сыр российский (порциями)	15	15	8,16	3,48	4,43	0,00	54
	Сосиски отварные со сливочным маслом	243	60	20,44	5,55	15,55	0,25	164
	Каша рассыпчатая пшенная (гарнир)	302	150	6,16	6,60	35,73	37,88	230
	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
	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
	Какао с молоком	382	200	9,38	4,08	3,54	17,58	119
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого завтрак		525	55,00	27,92	65,66	76,78	742
Обед	Салат из моркови и яблок с яйцом	65	60	5,68	1,05	0,68	7,35	40
	Борщ с капустой и картофелем	82	250	9,01	1,80	4,92	10,93	104
	Сметана 20% жирности	ПРОМ	10	1,80	0,26	1,76	0,29	18,00
	Котлеты рубленые из филе птицы с маслом	294	85	34,00	13,34	15,76	16,02	259
	Каша рассыпчатая пшенная (гарнир)	302	150	6,16	6,60	35,73	37,88	230
	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		805	63,15	26,97	59,47	128,96	900
	итого за второй день второй недели		1330	118,15	54,89	123,37	205,74	1642

Повар К.Х. Биджиева