



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 14.12.2021 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. Второй день							
Завтрак	Салат овощной с яблоками	56	60	5,84	0,69	0,11	4,32	21
	Котлеты рубленые из филе птицы с маслом	294	85	34,00	13,34	15,76	16,02	259
	Рис отварной	304	150	6,41	3,65	5,37	36,68	210
	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
	Чай с лимоном	377	200	2,73	0,13	0,02	15,20	62
	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
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого завтрак		685	63,28	21,34	22,27	106,35	716
Обед	Салат из свеклы отварной	52	60	3,73	0,84	3,61	4,96	56
	Суп картофельный с вермишелью	103	250	6,08	2,69	2,84	17,46	118
	Котлеты рубленые из филе птицы с маслом	294	85	34,00	13,34	15,76	16,02	259
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	171	160	10,74	8,85	9,55	39,86	280
	Компот из яблок	342	200	4,89	0,16	0,16	27,88	115
	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
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого обед		805	62,28	29,14	32,45	130,66	944
	итого за второй день первой недели		1490	125,56	50,48	54,72	237,01	1 660

Повар Биджиева /К.Х. Биджиева/