



Утверждаю:
Директор школы
/А.Б. Борлаков/

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

Вводится с 14.03.2022г.

Сезон: весенний

Вариант 1

Дата 15.03.2022г.

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	
	Первая неделя. Второй день							
Завтрак	Винегрет овощной с фасолью	68	75	11,30	1,29	5,35	4,12	70
	Котлеты рубленые из филе птицы с маслом	294	85	41,43	13,34	15,76	16,02	259
	Рис отварной	304	150	7,79	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	20	1,12	1,12	0,22	9,88	46
	Чай с лимоном	377	200	3,18	0,13	0,02	15,20	62
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	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		560	66,56	21,90	27,02	96,39	717
Обед	Салат из свеклы отварной	52	60	4,11	0,84	3,61	4,96	56
	Суп картофельный с вермишелью	103	250	7,31	2,69	2,84	17,46	118
	Котлеты рубленые из филе птицы с маслом	294	85	41,43	13,34	15,76	16,02	259
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	171	160	14,22	8,85	9,55	39,86	280
	Компот из яблок	342	200	5,61	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	75,52	29,14	32,45	130,66	944
	итого за второй день первой недели		1365	142,08	51,04	59,47	227,05	1661

Повар Джамал /К.Х. Биджиева/