



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 30 03 2022 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)			Энергет. ценность, ккал
					белки	жиры	угле-воды	
	Вторая неделя. Четвертый день							
Завтрак	Сыр российский (порциями)	15	15	10,27	3,48	4,43	0,00	54
	Салат из белокачанной капусты с морковью	45	60	5,58	0,79	1,95	3,88	36
	Тефтели из говядины 2-й вариант с рисом	279	60	28,28	7,46	8,29	9,44	142
	Соус сметанный с томатом (30 гр.)	331	30	2,17	0,53	1,50	2,11	24
	Каша рассыпчатая гречневая (гарнир)	302	150	10,97	8,60	6,09	38,64	244
	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
	Компот из смеси сухофруктов	349	200	4,26	0,66	0,09	32,01	133
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого завтрак		565	64,39	25,01	22,87	110,45	749
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	53	60	6,48	0,99	2,47	4,38	44
	Суп картофельный с горохом	102	250	8,12	5,49	5,27	16,54	148
	Плов из курицы	291	150	28,40	12,71	7,85	26,80	229
	Компот из смеси сухофруктов	349	200	4,26	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
	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		710	50,10	23,11	16,21	104,21	670
	итого за четвёртый день второй недели		1275	114,49	48,12	39,08	214,66	1419

Повар А. Рудом /К.Х. Биджиева/