



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 29.04.2022г.

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)			Энергет. ценность, ккал
					белки	жиры	угле-воды	
	Первая неделя. Пятый день							
Завтрак	Сыр российский (порциями)	15	15	10,27	3,48	4,43	0,00	54
	Каша молочная "Дружба"	54-16к-2020	250	14,76	6,13	8,63	30,75	225
	Масло сливочное (порциями)	14	10	6,35	0,08	7,25	0,13	66
	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
	Яблоки свежие	338	100	8,00	0,40	0,40	9,80	47
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого завтрак		625	52,22	17,66	24,77	82,63	627
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью	45	60	5,58	0,79	1,95	3,88	36
	Свекольник со сметаной и яйцом	0	250	10,97	2,27	5,38	10,98	99
	Тефтели из говядины 2-й вариант с рисом	279	80	37,62	9,95	11,05	12,59	189
	Соус томатный с овощами	463	30	4,04	0,40	1,20	2,20	22
	Макаронные изделия отварные	202	150	2,78	5,66	0,67	31,92	156
	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
	итого обед		820	68,09	22,99	20,87	118,06	751
	итого за пятый день первой недели		1445	120,31	40,65	45,64	200,69	1378

Повар Р.Х. Биджиева /К.Х. Биджиева/