



Утверждаю:  
Директор школы  
/А.Б. Бордаков/

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

Вводится с 01.09.2022 г.

Сезон: осенний

Вариант 1

Дата 16.12.2022 г.

Наименование сборника рецептур: "Сборник рецептур 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 | Пищевые вещества (мг) |       |          | Энергетическая ценность, ккал | Цены  |
|---------|-----------------------------------------------------|---------------|----------------|-----------------------|-------|----------|-------------------------------|-------|
|         |                                                     |               |                | белки                 | жиры  | углеводы |                               |       |
|         | Вторая неделя.                                      |               |                |                       |       |          |                               |       |
|         | Четвертый день                                      |               |                |                       |       |          |                               |       |
| Завтрак | Салат из свежих помидоров и огурцов с луком зеленым | 24            | 60             | 1                     | 3,64  | 1,83     | 42                            | 7,14  |
|         | Сыр российский (порциями)                           | 15            | 15             | 3                     | 4,43  | 1,00     | 54                            | 10,40 |
|         | Птица тушеная в соусе                               | 290           | 120            | 16                    | 13,01 | 3,48     | 194                           | 35,15 |
|         | Каша рассыпчатая гречневая (гарнир)                 | 302           | 150            | 9                     | 6,09  | 38,64    | 244                           | 12,37 |
|         | Масло сливочное (порциями)                          | 14            | 10             | 0                     | 7,25  | 0,13     | 66                            | 6,35  |
|         | Хлеб пшеничный нарезной                             | ПРОМ          | 30             | 3                     | 1,35  | 13,05    | 82                            | 1,92  |
|         | Хлеб пшенично-ржаной нарезной                       | ПРОМ          | 20             | 2                     | 0,40  | 10,40    | 50                            | 1,28  |
|         | Чай с сахаром                                       | 376           | 2              | 0                     | 0,00  | 0,00     | 0                             | 1,73  |
|         | Бананы                                              | 338           | 150            | 2                     | 0,75  | 31,50    | 144                           | 14,25 |
|         | итого завтрак                                       |               |                | 36                    | 36,92 | 100,03   | 876                           | 90,59 |

Повар Биджиева /К.Х. Биджиева/