

Утверждаю
 Директор МОБУ СОШ д. Яньбаево

Алишбаева М. А.



Меню на 7 сентября 2021г.

Рацион: Школьное меню		Неделя:		День: четверг			Энергетическая ценность (ккал)
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			1	
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак для 1-4 классов и для из ММС; детей с ОВЗ							
401,08	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88	
118,08	Рагу овощное с мясом птицы	150	12,96	15,24	12,02	237,8	
283	Чай с сахаром и лимоном	200			9,98	39,9	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130	
38,59	Яблоко	100	0,5	0,5	12,25	58,75	
Итого за Завтрак			17,46	16,24	61,75	466,45	
Обед для детей с ОВЗ							
2,1	Салат из моркови	60	1,38	3,08	7,01	62,12	
56,13	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	250/60	2,03	5,67	10,16	100,62	
445,35	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/40	9,87	11,79	8,34	178,98	
302	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	
294,01	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130	
Итого за Обед			20,83	22,98	86,37	636,80	
Итого за День			38,29	39,22	148,12	1103,25	