



Утверждаю

Директор:  / Ишмухаметова Ф.А./

Меню на 2 октября
3 день. Завтрак. 1-4 классы, ММС, ОБЗ 5-11 кл, ОБЗ 1-4 кл, РП

| Наименование блюда | Выход (г) | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 12,8 | 8,6 | 2,4 | 132,3 |
| Рис припущенный | 150 | 3,5 | 4,4 | 35,7 | 192,6 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| Кисель витаминизированный | 200 | 0 | 0 | 17,4 | 68,8 |
| Яблоко | 150 | 0,5 | 0,5 | 12,9 | 62 |
| Всего за день | | 20,6 | 13,8 | 93,5 | 574,1 |

ОБЕД ОБЗ-5-11 классы ,

| Наименование блюда | Выход (г) | Энергетическая ценность |
|---------------------------|-----------|-------------------------|
| Винегрет овощной | 100 | 115,4 |
| Суп крестьянский с крупой | 250 | 188,1 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 133,5 |
| Котлеты рубленые из птицы | 100 | 308,6 |
| Соус томатный | 30 | 23,9 |
| Чай с сахаром | 200 | 56,2 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 165,8 |
| Итого | | 991,5 |

ОБЕД ОВЗ 1-4 кл

| Наименование блюда | Выход (г) | Энергетическая ценность |
|------------------------------|-----------|----------------------------|
| Винегрет овощной | 60 | 69,1 |
| Суп крестьянский с крупой | 200 | 150,3 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 133,5 |
| Котлеты рубленые из птицы | 90 | 178,1 |
| Соус томатный | 30 | 23,9 |
| Чай с сахаром | 200 | 56,2 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 165,8 |
| Итого | | 876,9 |

Повар: Канч / Канчурина В.С./