

Согласовано
 Директор МОАУ СОШ № 4 (Юсупова Л.Ю.)



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 01.04.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рецеп.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (7бэ), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
Итого за Завтрак			Калорийность-499, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-70	69-57
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Масло растительное</i>	Калорийность-91, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4	
200/5	87	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокачанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-160, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-6	
20	170	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	
30/30	368	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина котлетное, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2	
150	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	
200	512	Компот из изюма (без сахара)	Калорийность-56, Углеводы-13	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Обед			Калорийность-820, Белки-35, Жиры-30, Углеводы-101	78-02
Итого за день			Калорийность-1 319, Белки-54, Жиры-46, Углеводы-171	147-59

Шеф-повар _____ (Давлетгареева Г.И.)
 Ответственный по питанию _____ (Акбашева Г.З.)

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

78-02
 147-59

Согласовано:
Директор



Л.Ю.
(Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:

З.Ф.
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 01.04.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
230	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-305, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-57	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Завтрак			Калорийность-624, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-98	
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6	
250/5	81	Борщ на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Сметана</i>	Калорийность-207, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-10	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/170	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-291, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-24	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
Итого за Обед			Калорийность-973, Белки-38, Жиры-37, Углеводы-122	
Итого за день			Калорийность-1 597, Белки-59, Жиры-53, Углеводы-220	164-46

Шеф-повар

Ответственный по питанию

Г.И.
(Давлетгареева Г.И.)

Г.З.
(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

Д.А.
(Зарипова Д.А.)

Согласовано:
 Директор МОАУ СОШ № 4 (Юсупова Л.Ю.)



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 01.04.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
230	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-305, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-57	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Завтрак			Калорийность-578, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-87	76-36
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Масло растительное</i>	Калорийность-91, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4	
250/5	87	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, Мука пшеничная, Сметана</i>	Калорийность-206, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-7	
20	170	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	
30/30	246	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2	
170	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-38	
200	512	Компот из изюма (без сахара)	Калорийность-56, Углеводы-13	
85	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37	
Итого за Обед			Калорийность-928, Белки-41, Жиры-33, Углеводы-115	88-10
Итого за день			Калорийность-1 506, Белки-62, Жиры-50, Углеводы-202	164-46

Шеф-повар _____ (Давлетгареева Г.И.)
 Ответственный по питанию _____ (Акбашева Г.З.)
 Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

Согласовано:
 Директор МОАУ СОШ № 4 (Юсупова Л.Ю.)



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 01.04.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
Итого за Завтрак			Калорийность-544, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-81	
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6	
200/5	81	Борщ на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Сметана</i>	Калорийность-168, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-8	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/150	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-258, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-21	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-856, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-1 400, Белки-52, Жиры-48, Углеводы-189	147-59

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)