

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



Утверждаю: Умурбаева З.Ф.



Меню

на 04.04.2024, 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				
220/5	266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная с м/сл <i>Хлопья овсяные "Геркулес", Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-238, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-28	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-431, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-68	76-36
Обед				
60	75	Икра морковная <i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное</i>	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250/5	96	Рассольник ленинградский на курином бульоне с перловой крупой со сметаной (без картофеля) <i>Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-15	
90	596	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>Куриная грудка, Масло растительное, Соль йодированная, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный</i>	Калорийность-105, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-5	
170	203	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-42	
200	507	Компот из свежих яблок	Калорийность-19, Углеводы-4	
85	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37	
Итого за Обед			Калорийность-724, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-108	88-10
Итого за день			Калорийность-1 155, Белки-43, Жиры-31, Углеводы-176	164-46

Шеф-повар
Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю: Умурбаева З.Ф.



Меню

на 04.04.2024 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				
185/5	266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная с м/сл <i>Хлoтья овсяные "Геркулес", Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-225, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29	
60	424	Булочка домашняя <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-231, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-37	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
Итого за Завтрак			Калорийность-601, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-97	
Обед				
60	75	Икра морковная <i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар</i>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6	
200/5	96	Рассольник ленинградский на курином бульоне с перловой крупой со сметаной <i>Картофель неочищенный, Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
90	596	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>Куриная грудка, Масло растительное, Соль йодированная, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный</i>	Калорийность-105, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-5	
150	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-723, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-110	
Итого за день			Калорийность-1 323, Белки-42, Жиры-36, Углеводы-207	147-59

Шеф-повар
Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю:

 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 04.03.2024 МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
185/5	266	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая молочная с м/сл <i>Хлопья овсяные "Геркулес", Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-24	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-366, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-57	69-57
Обед				
60	75	Икра морковная <i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное</i>	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200/5	96	Рассольник ленинградский на курином бульоне с перловой крупой со сметаной (без картофеля) <i>Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12	
90	596	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>Куриная грудка, Масло растительное, Соль йодированная, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный</i>	Калорийность-105, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-5	
150	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37	
200	507	Компот из свежих яблок	Калорийность-19, Углеводы-4	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Обед			Калорийность-633, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-91	78-02
Итого за день			Калорийность-999, Белки-38, Жиры-28, Углеводы-148	147-59

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

 (Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

 (Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю: _____
 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 04.04.2024г. 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				
220/5	266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная с м/сл <i>Хлопья овсяные "Геркулес", Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-261, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-34	
60	424	Булочка домашняя <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (II), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-231, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-37	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Завтрак			Калорийность-668, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-109	
Обед				
60	75	Икра морковная <i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар</i>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6	
250/5	96	Рассольник ленинградский на курином бульоне с перловой крупой и сметаной <i>Картофель неочищенный, Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-142, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	
90	596	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>Куриная грудка, Масло растительное, Соль йодированная, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный</i>	Калорийность-105, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-5	
170	203	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-42	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
Итого за Обед			Калорийность-818, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-127	
Итого за день			Калорийность-1 486, Белки-47, Жиры-39, Углеводы-236	164-46

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

 (Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

 (Зарипова Д.А.)