

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ № 4 (Юсупова Л.Ю.)



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.



Меню

на 04.06.2024, МОАУ СОШ № 4 ЦДП 7-11

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
185/5	260	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа рисовая, Крупа пшеница, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-196, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-27	
60	421	Сдоба обыкновенная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36	
200	306	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-42, 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-537, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-96	
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
200	271	Суп "Любительский" на мясном бульоне <i>Картофель неочищенный, Крупа гречневая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-21	
30/170	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина (бискостная), Картофель очищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-295, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-29	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
25	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-55, Белки-2, Углеводы-11	
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед			Калорийность-799, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-1 335, Белки-49, Жиры-37, Углеводы-204	150-22

Шеф-повар
Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)

Согласовано
Директор



(Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 04.06.2024, MOAU СОШ № 4, Профильный 12-18

Выход (г)	№ рецеп.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
220/5	175	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа рисовая, Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль</i>	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32	
60	421	Сдоба обыкновенная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (Н), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36	
200	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-42, 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-597, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-107	
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
250	271	Суп "Любительский" на мясном бульоне <i>Картофель неочищенный, Крупа гречневая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-301, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-27	
30/170	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина (бескостная), Картофель очищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-295, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-29	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
35	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	
60	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	
Итого за Обед			Калорийность-923, Белки-41, Жиры-29, Углеводы-127	
Итого за день			Калорийность-1519, Белки-57, Жиры-41, Углеводы-233	150-22

Шеф-повар
Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

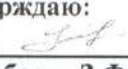
(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю: 
 Умурбаева З.Ф.





Меню


на 04.06.2024, МОАУ СОШ № 4, Трудовой 12-18

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
220/5	175	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа рисовая, Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-223, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32	
60	421	Сдоба обыкновенная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36	
200	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминном и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Завтрак			Калорийность-597, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-107	
<u>Обед</u>				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
250	271	Суп "Любительский" на мясном бульоне <i>Картофель неочищенный, Крупа гречневая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-301, Белки-21, Жиры-12, Углеводы-27	
30/170	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина (бескостная), Картофель очищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-295, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-29	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
35	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-77, Белки-3, Углеводы-16	
60	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-125, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	
Итого за Обед			Калорийность-923, Белки-41, Жиры-29, Углеводы-127	
Итого за день			Калорийность-1 519, Белки-57, Жиры-41, Углеводы-233	150-22

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

 (Давлетгареева Г.И.)
 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

 (Зарипова Д.А.)