

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 06.05.2024, 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				
60/30	389/4	Тефтели из говядины в томатном соусе <i>Тефтели из говядины (76с), Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-180, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-11	
160	202	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-40	
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-551, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-83	
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
200/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-62, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
30/150	291	Плов из отварной птицы <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i>	Калорийность-323, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-41	
200	503	Инстантный витаминизированный напиток (кисель) <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
65	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витамином и железом	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	
Итого за Обед			Калорийность-728, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-115	
Итого за день			Калорийность-1 280, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-198	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 06.05.2024 МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рецепта	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	389	Тефтели из говядины <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-197, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-12	
160	202	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-40	
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-524, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-73	69-57
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
200/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-62, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-7	
30/30	290	Птица, тушенная в соусе <i>Куриная грудка, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	Калорийность-114, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2	
150	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	
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 Обед			Калорийность-540, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-75	78-02
Итого за день			Калорийность-1 064, Белки-43, Жиры-33, 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 06.05.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рецепта	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
60/30	389/4 53	Тефтели из говядины в томатном соусе <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-180, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-71	
200	203	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-270, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-49	
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-631, Белки-23, Жиры-15, Углеводы-100	
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свежая неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
250/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	
30/170	291	Плов из отварной птицы <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i>	Калорийность-356, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-47	
200	503	Инстантный витаминизированный напиток (кисель) <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
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-22, Жиры-23, Углеводы-131	
Итого за день			Калорийность-1 449, Белки-45, Жиры-38, Углеводы-231	164-46

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 06.05.2024, МОУ СОШ № 4, 5-11 классы диабетик

Выход (г)	№ рецеп.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	389	Тефтели из говядины <i>Тефтели из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-197, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-12	
200	203	Макаронные изделия отварные с маслом <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-270, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-49	
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-602, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-89	76-36
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
250/5	287	Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8	
30/30	290	Птица, тушенная в соусе <i>Куриная грудка, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	Калорийность-114, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2	
170	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-38	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
85	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37	
Итого за Обед			Калорийность-615, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-90	88-10
Итого за день			Калорийность-1 218, Белки-48, Жиры-35, Углеводы-179	164-46

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