

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 08.04.2024, 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 | | | | |
| 60/30 | 389/4 | 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-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 08.04.2024, 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 | | | | |
| 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 08.04.2024г. 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 | | | | |
| 60/30 | 389/4 | Тефтели из говядины в томатном соусе | Калорийность-180, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-11 | |
| | 53 | <i>Тефтели из говядины (7бг), Масло растительное, Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i> | | |
| 200 | 203 | Макаронные изделия отварные с маслом | Калорийность-270, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-49 | |
| | | <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i> | | |
| 200 | 493 | Чай с сахаром | Калорийность-40, Углеводы-10 | |
| | | <i>Чай, Сахар</i> | | |
| 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 | Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5 | |
| | | <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i> | | |
| 250/5 | 287 | Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной | Калорийность-74, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8 | |
| | | <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i> | | |
| 30/170 | 291 | Плов из отварной птицы | Калорийность-356, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-47 | |
| | | <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i> | | |
| 200 | 503 | Инстантный витаминизированный напиток (кисель) | Калорийность-131, Углеводы-33 | |
| | | <i>Концентрат киселя, Сахар</i> | | |
| 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 МОАУ СОШ №4 (Юсупова Л.Ю.)



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 08.04.2024, 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 | 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
 Ответственный по питанию

Давлетгареева Г.И.)
 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)