

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



Утверждаю:  
 Умурбаева З.Ф.



## Меню


на 08.05.2024, 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
<b>Завтрак</b>				
25/165	217	Каша "Солдатская" (гречневая с мясом) <i>Говядина копченое, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-373, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-44	
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	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-522, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-76	
<b>Обед</b>				
60	79	Салат из моркови, яблок и зеленого горошка <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6	
200/5	131	Свекольник на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Картофель неочищенный, Масло растительное, Сахар, Томат-паста, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-196, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-14	
15	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
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	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	
40	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-88, Белки-3, Углеводы-18	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-784, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-90	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 306, Белки-54, Жиры-47, Углеводы-166	<b>147-59</b>

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 08.05.2024, 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
<b>Завтрак</b>				
25/165	217	Каша "Солдатская" (гречневая с мясом) <i>Говядина копченое, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-373, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-44	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-477, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-65	<b>69-57</b>
<b>Обед</b>				
60	79	Салат из моркови, яблок и зеленого горошка <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Масло растительное</i>	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4	
200/5	95	Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-150, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6	
15	170	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	
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	
150/5	244	Каша ячневая рассыпчатая с м/сл <i>Крупа ячневая, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-190, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	396	Лимонный напиток без сахара <i>Чай, Лимон</i>	Калорийность-2	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-771, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-84	<b>78-02</b>
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 249, Белки-55, Жиры-48, Углеводы-149	<b>147-59</b>

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

Калькулятор  \_\_\_\_\_ (Зарипова Д.А.)