

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 11.04.2024, 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	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-135, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
225	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-326, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-53	
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-597, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-90	76-36
Обед				
60	54	Салат из свеклы с яблоками (без сахара) <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250	248	Суп "Кубанский" на курином бульоне <i>Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-178, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-21	
100	580	Гуляш из мяса птицы <i>Куриная грудка, Масло сливочное (И), Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-76, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-3	
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	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-718, Белки-36, Жиры-16, Углеводы-108	88-10
Итого за день			Калорийность-1 315, Белки-62, Жиры-31, Углеводы-198	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 11.04.2024, 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	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 7бг., Масло растительное</i>	Калорийность-135, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
190	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-276, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-45	
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-561, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-87	
Обед				
60	54	Салат из свеклы с яблоками <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7	
200	248	Суп "Кубанский" на курином бульоне <i>Картофель очищенный, Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22	
100	580	Гуляш из мяса птицы <i>Куриная грудка, Масло сливочное (И), Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-76, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-3	
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	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-793, Белки-30, Жиры-17, Углеводы-130	
Итого за день			Калорийность-1 353, Белки-53, Жиры-31, Углеводы-217	147-59

Шеф-повар

Ответственный по питанию

Давлетгареева Г.И.
(Акбашева Г.З.)

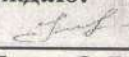
Калькулятор

(Зарипова Д.А.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ № 4  (Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:


Умурбаева З.Ф.


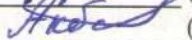
Меню

на 11.04.2024, 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	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-135, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
190	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-276, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-45	
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-516, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-76	69-57
Обед				
60	54	Салат из свеклы с яблоками (без сахара) <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200	248	Суп "Кубанский" на курином бульоне <i>Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-18	
100	580	Гуляш из мяса птицы <i>Куриная грудка, Масло сливочное (И), Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-76, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-3	
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	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-630, Белки-32, Жиры-15, Углеводы-91	78-02
Итого за день			Калорийность-1 146, Белки-55, Жиры-29, Углеводы-166	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 11.04.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11 кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-135, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
225	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-326, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-53	
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-644, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-102	
Обед				
60	54	Салат из свеклы с яблоками <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	
250	248	Суп "Кубанский" на курином бульоне <i>Картофель очищенный, Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-194, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-27	
100	580	Гуляш из мяса птицы <i>Куриная грудка, Масло сливочное (И), Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-76, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-3	
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	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-881, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-150	
Итого за день			Калорийность-1 525, Белки-60, Жиры-31, Углеводы-252	164-46

Шеф-повар

Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)