

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

Утверждаю:
_____ (Умурбаева З.Ф.)



Меню

на 13.05.2024, 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
<u>Завтрак</u>				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
230	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-305, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-57	
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-578, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-87	76-36
<u>Обед</u>				
60	50	Салат из свеклы отварной <i>Свекла неочищенная, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250/5	96	Рассольник ленинградский на мясном бульоне с перловой крупой со сметаной (без картофеля) <i>Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-228, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-15	
30/170	217	Кулеш с мясом (гречка) <i>Говядина копченое, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-411, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-45	
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-867, Белки-42, Жиры-32, Углеводы-102	88-10
Итого за день			Калорийность-1 445, Белки-63, Жиры-49, Углеводы-188	164-46

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 13.05.2024, 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
<u>Завтрак</u>				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
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-544, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-81	
<u>Обед</u>				
60	50	Салат из свеклы отварной <i>Свекла неочищенная, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200/5	96	Рассольник ленинградский на мясном бульоне с перловой крупой со сметаной <i>Картофель неочищенный, Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-190, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-14	
30/150	370	Плов из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Крупа рисовая, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-353, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-40	
200	503	Инстантный витаминизированный напиток (кисель) <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
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	
Итого за Обед			Калорийность-865, Белки-32, Жиры-28, Углеводы-120	
Итого за день			Калорийность-1 409, Белки-50, Жиры-44, Углеводы-201	147-59

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ № 4  (Юсупова Л.И.)

Утверждаю:


Умурбаева З.Ф.


Меню

на 13.05.2024, 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
<u>Завтрак</u>				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-258, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-47	
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-499, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-70	69-57
<u>Обед</u>				
60	50	Салат из свеклы отварной <i>Свекла неочищенная, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200/5	96	Рассольник ленинградский на мясном бульоне с перловой крупой со сметаной (без картофеля) <i>Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-184, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-12	
30/150	217	Кулеш с мясом (гречка) <i>Говядина копченое, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-379, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-40	
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-750, Белки-37, Жиры-29, Углеводы-85	78-02
Итого за день			Калорийность-1 249, Белки-55, Жиры-45, Углеводы-155	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 13.05.2024, 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	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
230	202	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (11)</i>	Калорийность-305, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-57	
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-624, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-98	
Обед				
60	50	Салат из свеклы отварной <i>Свекла неочищенная, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
250/5	96	Рассольник ленинградский на мясном бульоне с перловой крупой и сметаной <i>Картофель неочищенный, Крупа перловая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-235, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-17	
30/170	370	Плов из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Крупа рисовая, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-386, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-45	
200	503	Инстантный витаминизированный напиток (кисель) <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
55	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	
Итого за Обед			Калорийность-1 007, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-142	
Итого за день			Калорийность-1 632, Белки-59, Жиры-48, Углеводы-240	164-46

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)