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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 14.02.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		Завтрак	
90	**441**	**Чахохбили** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная, Кислота лимонная*	Калорийность-207, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-4
170	**304**	**Рис отварной** *Крупа рисовая, Масло сливочное (И), Соль йодированная*	Калорийность-241, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-45
200	**493**	**Чай с сахаром** *Чай, Сахар*	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-598, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-82
		Обед	
60	**4**	**Салат из белокочанной капусты с морковью** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль йодированная*	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6
200/5	**131**	**Свекольник на мясном бульоне со сметаной** *Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Картофель неочищенный, Масло растительное, Сахар, Томат-паста, Соль йодированная, Сметана*	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** *Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная*	Калорийность-258, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-21
200	**396**	**Лимонный чайный напиток** *Чай, Сахар, Лимон*	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
		Итого за Обед	Калорийность-761, Белки-33, Жиры-29, Углеводы-91
		Итого за день	Калорийность-1 359, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-172

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

147-59

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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 14.02.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		Завтрак	
90	**441**	**Чахохбили** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная, Кислота лимонная*	Калорийность-207, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-4
170	**171**	**Каша рассыпчатая из гречневой крупы** *Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	Калорийность-252, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-41
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-564, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-66
		Обед	
60	**4**	**Салат из белокочанной капусты с морковью (без** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное, Кислота лимонная, Соль йодированная*	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3
200/5	**99**	**Суп из овощей со сметаной** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана*	Калорийность-151, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-5
15	**170**	**Гренки из ржано-пшеничного хлеба**	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10
30/30	**246**	**Гуляш из отварной говядины** *Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная*	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2
150/5	**244**	**Каша ячневая рассыпчатая с м/сл** *Крупа ячневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	Калорийность-190, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
200	**396**	**Лимонный напиток без сахара** *Чай, Лимон*	Калорийность-2
65	**109**	**Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.**	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28
		Итого за Обед	Калорийность-744, Белки-35, Жиры-31, Углеводы-82
		Итого за день	Калорийность-1 307, Белки-61, Жиры-53, Углеводы-148

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

69-57

78-02

147-59

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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 14.02.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		Завтрак	
90	**441**	**Чахохбили** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная, Кислота лимонная*	Калорийность-207, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-4
225	**414**	**Рис отварной** *Крупа рисовая, Масло сливочное (И), Соль йодированная*	Калорийность-319, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-60
200	**493**	**Чай с сахаром** *Чай, Сахар*	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-709, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-103
		Обед	
60	**4**	**Салат из белокочанной капусты с морковью** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль йодированная*	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6
250/5	**131**	**Свекольник на мясном бульоне со сметаной** *Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Картофель неочищенный, Масло растительное, Сахар, Томат-паста, Соль йодированная, Сметана*	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-18
15	**176**	**Гренки из пшеничного хлеба**	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11
30/170	**259**	**Жаркое по-домашнему** *Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная*	Калорийность-291, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-24
200	**396**	**Лимонный чайный напиток** *Чай, Сахар, Лимон*	Калорийность-42, Углеводы-10
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-903, Белки-39, Жиры-34, Углеводы-110
		Итого за день	Калорийность-1 612, Белки-63, Жиры-56, Углеводы-213

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

164-46

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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 14.02.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		Завтрак	
90	**441**	**Чахохбили** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Мука пшеничная, Кислота лимонная*	Калорийность-207, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-4
225	**171**	**Каша рассыпчатая из гречневой крупы** *Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	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-670, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-86
		Обед	
60	**4**	**Салат из белокочанной капусты с морковью (без** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное, Кислота лимонная, Соль йодированная*	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-3
250/5	**99**	**Суп из овощей со сметаной (без картофеля)** *Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана*	Калорийность-187, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-6
15	**170**	**Гренки из ржано-пшеничного хлеба**	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10
30/30	**246**	**Гуляш из отварной говядины** *Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная*	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2
170/5	**244**	**Каша ячневая рассыпчатая с м/сл** *Крупа ячневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-37
200	**396**	**Лимонный напиток без сахара** *Чай, Лимон*	Калорийность-2
85	**109**	**Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.**	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37
		Итого за Обед	Калорийность-842, Белки-40, Жиры-33, Углеводы-96
		Итого за день	Калорийность-1 512, Белки-70, Жиры-57, Углеводы-181

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

ают:

ева З.Ф.

Стоимость питания

76-36

88-10

164-46