

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

Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 15.05.2024г. МОАУ СОИИ № 4, 1-4 кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рецепта	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
30/150/5	284	Картофельная запеканка с мясом <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Картофель очищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло сливочное (И), Сухари панировочные, Соль йодированная</i>	Калорийность-346, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-39	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-546, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-83	
Обед				
60	66	Салат из картофеля с солеными огурцами <i>Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Морковь неочищенная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	
200/5	99	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	
60/30	345	Биточки рыбные с соусом томатным <i>Минтай б.ч, Хлеб пшеничный, Молоко, Яйцо, Соль йодированная, Масло растительное, Сухари панировочные, Мука пшеничная, Масло сливочное (И), Томат-паста, Сахар</i>	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-12	
160	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-40	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
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-714, Белки-24, Жиры-17, Углеводы-115	
Итого за день			Калорийность-1 261, Белки-41, Жиры-35, 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 15.05.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рецеп.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
30/150	370	Каша перловая с мясом <i>Говядина копченое, Морковь неочищенная, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-318, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-33	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-479, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-66	69-57
Обед				
60	67	Винегрет овощной (без картофеля) <i>Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Огурцы соленые, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
200/5	99	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-151, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-5	
60	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-135, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
30	453	Соус томатный <i>Мука пшеничная, Масло сливочное (Н), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
150	171	Каша пшеничная рассыпчатая <i>Крупа пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-42	
200	507	Компот из яблок без сахара	Калорийность-19, Углеводы-4	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Обед			Калорийность-734, Белки-37, Жиры-25, Углеводы-93	78-02
Итого за день			Калорийность-1 213, Белки-54, Жиры-41, Углеводы-160	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 15.05.2024, **МОАУ СОШ № 4**, 5-11 кл. ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рецепта	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
30/180/5	284	Картофельная запеканка с мясом и м/сл <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Картофель очищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло сливочное (II), Сухари панировочные, Соль йодированная</i>	Калорийность-383, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-47	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-615, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-97	
Обед				
60	66	Салат из картофеля с солеными огурцами <i>Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Огурцы соленые, Морковь неочищенная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	
250/5	99	Суп из овощей со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11	
60/30	345	Биточки рыбные с соусом томатным <i>Минтай б/н, Хлеб пшеничный, Молоко, Яйцо, Соль йодированная, Масло растительное, Сухари панировочные, Мука пшеничная, Масло сливочное (II), Томат-паста, Сахар</i>	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-12	
180	203	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия гр. А, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-246, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-44	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
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-820, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-135	
Итого за день			Калорийность-1 435, Белки-46, Жиры-37, Углеводы-232	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 15.05.2024, МОАУ СОШ № 4, 5-11 классы диабетик

Выход (г)	№ рецепта	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
30/180	370	Каша перловая с мясом <i>Говядина копченое, Морковь неочищенная, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-364, Белки-13, 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	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-556, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-79	76-36
Обед				
60	67	Винегрет овощной (без картофеля) <i>Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Огурцы соленые, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3	
250/5	99	Суп из овощей со сметаной (без картофеля) <i>Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-187, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-6	
60	345	Биточки рыбные п/ф <i>Рыбные биточки, 76г., Масло растительное</i>	Калорийность-135, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-9	
30	453	Соус томатный <i>Мука пшеничная, Масло сливочное (Н), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
180	171	Каша пшеничная рассыпчатая <i>Крупа пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-242, Белки-12, Жиры-1, Углеводы-50	
200	507	Компот из свежих яблок	Калорийность-19, Углеводы-4	
85	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37	
Итого за Обед			Калорийность-852, Белки-43, Жиры-27, Углеводы-112	88-10
Итого за день			Калорийность-1 408, Белки-62, Жиры-45, Углеводы-191	164-46

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)