

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 16.05.2024, 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
Завтрак				
185/5	264	Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-236, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-36	
60	550	Шанежка наливная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сметана, Масло растительное</i>	Калорийность-180, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-561, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-97	
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
200/5	82	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-178, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-10	
30/150	260	Говядина, тушенная с овощами в соусе <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Мука пшеничная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-233, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-16	
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	
60	417	Гребешок из дрожжевого теста <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Повидло, Масло растительное</i>	Калорийность-206, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-40	
Итого за Обед			Калорийность-807, Белки-34, Жиры-27, Углеводы-107	
Итого за день			Калорийность-1 368, Белки-52, Жиры-40, Углеводы-204	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 16.05.2024, МОАУ СОШ № 4 4 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
185/5	173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-246, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-37	
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-407, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-71	69-57
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
200/5	87	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-160, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-6	
180	260	Говядина, тушенная с овощами в соусе <i>Говядина котлетное, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-190, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-7	
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-495, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-42	78-02
Итого за день			Калорийность-902, Белки-43, Жиры-32, Углеводы-113	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 16.05.2024, 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				
220/5	264	Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-274, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-42	
60	550	Шанежка наливная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сметана, Масло растительное</i>	Калорийность-180, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-630, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-110	
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
250/5	82	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне и со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-221, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-13	
30/180	260	Говядина, тушенная с овощами в соусе <i>Говядина (бескостная), Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Мука пшеничная, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-260, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-19	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
60	417	Гребешок из дрожжевого теста <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Повидло, Масло растительное</i>	Калорийность-206, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-40	
Итого за Обед			Калорийность-921, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-121	
Итого за день			Калорийность-1 550, Белки-59, Жиры-44, 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 16.05.2024, 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
Завтрак				
220/5	173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-287, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-44	
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-479, Белки-18, Жиры-9, Углеводы-84	76-36
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
250/5	87	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, Мука пшеничная, Сметана</i>	Калорийность-206, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-7	
30/170	260	Говядина, тушенная с овощами в соусе <i>Говядина котлетное, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-203, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-8	
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-594, Белки-33, Жиры-28, Углеводы-53	88-10
Итого за день			Калорийность-1 073, Белки-51, Жиры-36, Углеводы-137	164-46

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)