

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

Утверждаю:

 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 17.04.2024 МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рецеп.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
220	210	Омлет натуральный <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-307, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-7	
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-606, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-57	
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	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 (II), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
180	202	Макаронные изделия отварные с маслом <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-855, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-135	
Итого за день			Калорийность-1 461, Белки-50, Жиры-55, Углеводы-192	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 17.04.2024 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				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
220	210	Омлет натуральный <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-307, Белки-18, Жиры-23, 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	
120	112	Фрукт яблоко	Калорийность-56, Углеводы-12	
Итого за Завтрак			Калорийность-566, Белки-23, Жиры-32, Углеводы-47	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 (И), 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-1 417, Белки-66, Жиры-58, Углеводы-158	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 17.04.2024, 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				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
180	210	Омлет натуральный <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-251, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-6	
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-518, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-49	
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	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 (И), Томат-паста, Сахар, Соль йодированная</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2	
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-750, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-115	
Итого за день			Калорийность-1 268, Белки-42, Жиры-49, Углеводы-164	147-59


Шеф-повар

Ответственный по питанию


Калькулятор

 (Давлетгареева Г.И.) (Акбашева Г.З.) (Зарипова Д.А.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ № 4  (Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:


Умурбаева З.Ф.

Меню

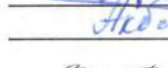
на 17.04.2024 МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
180	210	Омлет натуральный <i>Яйцо, Молоко, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-251, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-6	
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-478, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-39	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-1 212, Белки-56, Жиры-52, Углеводы-132	147-59

Шеф-повар

Ответственный по питанию

 (Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

 (Зарипова Д.А.)