

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.



Меню

на 18.06.2024, МОАУ СОШ № 4, ЦДП 7-11

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>				
185/5	260	Каша "Дружба" с м/сл <i>Крупа рисовая, Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-196, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-27	
60	421	Сдоба обыкновенная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И); Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие</i>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-36	
200	396	Лимонный чайный напиток <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-42, 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-537, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-96	
<u>Обед</u>				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
200	271	Суп "Любительский" на мясном бульоне <i>Картофель неочищенный, Крупа гречневая, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-21	
30/170	259	Жаркое по-домашнему <i>Говядина комлетное, Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная</i>	Калорийность-291, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-24	
200	512	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	
25	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-55, Белки-2, Углеводы-11	
40	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед			Калорийность-795, Белки-35, Жиры-27, Углеводы-103	
Итого за день			Калорийность-1 331, Белки-49, Жиры-38, Углеводы-199	150-22

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

 (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)