

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

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.



Меню

на 21.05.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ, инвалиды

| Выход (г) | № рецеп. | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-------------------------|----------|---|---|-------------------|
| Завтрак | | | | |
| 185/5 | 267 | Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл. <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i> | Калорийность-248, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 60 | 563 | Булочка ванильная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин</i> | Калорийность-205, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36 | |
| 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-598, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-103 | |
| Обед | | | | |
| 60 | 69 | Салат овощной с зеленым горошком <i>Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв., Яйцо, Масло растительное, Соль йодированная</i> | Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| 200 | 113 | Суп-лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i> | Калорийность-96, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11 | |
| 30/150 | 291 | Плов из отварной птицы <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i> | Калорийность-323, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-41 | |
| 200 | 512 | Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i> | Калорийность-116, Углеводы-28 | |
| 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-745, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-116 | |
| Итого за день | | | Калорийность-1 343, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-218 | 147-59 |

Шеф-повар _____ (Давлетгареева Г.И.)

Ответственный по питанию _____ (Акбашева Г.З.)

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.



Меню

на 21.05.2024, МОУ 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 | | | | |
| 185/5 | 264 | Каша молочная из пшениной крупы жидкая с м/сл <i>Крупа пшениая, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i> | Калорийность-219, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-30 | |
| 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-380, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-63 | 69-57 |
| Обед | | | | |
| 60 | 69 | Салат овощной с зеленым горошком <i>Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Яйцо, Соль йодированная</i> | Калорийность-64, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-3 | |
| 200 | 113 | Суп-лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i> | Калорийность-96, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11 | |
| 30/30 | 290 | Птица, тушенная в соусе <i>Куриная грудка, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i> | Калорийность-114, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2 | |
| 150 | 171 | Каша пшеничная рассыпчатая <i>Крупа пшеничная, Соль йодированная</i> | Калорийность-201, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-42 | |
| 200 | 512 | Компот из изюма (без сахара) | Калорийность-56, Углеводы-13 | |
| 65 | 109 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит. | Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28 | |
| Итого за Обед | | | Калорийность-667, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-100 | 78-02 |
| Итого за день | | | Калорийность-1 047, Белки-38, Жиры-28, Углеводы-162 | 147-59 |

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.



Меню

на 21.05.2024 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 | | | | |
| 220/5 | 182 | Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл. <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (Н)</i> | Калорийность-288, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-42 | |
| 60 | 563 | Булочка ванильная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (Н), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин</i> | Калорийность-205, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36 | |
| 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-670, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-116 | |
| Обед | | | | |
| 60 | 69 | Салат овощной с зеленым горошком <i>Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв., Яйцо, Масло растительное, Соль йодированная</i> | Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| 250 | 113 | Суп лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i> | Калорийность-126, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14 | |
| 30/170 | 291 | Плов из отварной птицы <i>Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная</i> | Калорийность-356, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-47 | |
| 200 | 512 | Компот из изюма <i>Изюм, Сахар</i> | Калорийность-116, Углеводы-28 | |
| 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-873, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-137 | |
| Итого за день | | | Калорийность-1 543, Белки-45, Жиры-39, Углеводы-253 | 164-46 |

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

Согласовано
Директор



(Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:

Умурбаева З.Ф.

Меню

на 21.05.2024, МОАУ СОПИ № 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 | 264 | Каша молочная из пшениной крупы жидкая с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (H)</i> | Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-35 | |
| 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-447, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-75 | 76-36 |
| Обед | | | | |
| 60 | 69 | Салат овощной с зеленым горошком <i>Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв., Яйцо, Масло растительное, Соль йодированная</i> | Калорийность-127, Белки-2, Жиры-12, Углеводы-3 | |
| 250 | 113 | Суп лапша домашняя на курином бульоне <i>Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i> | Калорийность-126, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14 | |
| 30/30 | 290 | Птица, тушенная в соусе <i>Куриная грудка, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i> | Калорийность-114, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2 | |
| 170 | 171 | Каша пшеничная рассыпчатая <i>Крупа пшеничная, Соль йодированная</i> | Калорийность-228, Белки-11, Жиры-1, Углеводы-48 | |
| 200 | 512 | Компот из изюма (без сахара) | Калорийность-56, Углеводы-13 | |
| 85 | 109 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит. | Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37 | |
| Итого за Обед | | | Калорийность-830, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-116 | 88-10 |
| Итого за день | | | Калорийность-1 277, Белки-45, Жиры-38, Углеводы-191 | 164-46 |

Шеф-повар

Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)