

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



Утверждаю:

_____ (Умурбаева З.Ф.)



Меню

на 21.06.2024, МОАУ СОШ № 4, ЦДП 7-11

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
185/5	264	Каша молочная из кукурузной крупы жидкая с м/сл <i>Крупа кукурузная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-228, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-35	
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	
50	108	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23	
70	112	Фрукт абрикосы	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6	
Итого за Завтрак			Калорийность-408, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-74	
Обед				
60	106	Овощи натуральные свежие	Калорийность-8, Углеводы-2	
200/5	99	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокочанная неочищенная, Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-169, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-9	
30/170	217	Кулеш с мясом (гречка) <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-411, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-45	
200	507	Компот из свежих яблок <i>Яблоки, Сахар</i>	Калорийность-79, Углеводы-19	
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-805, Белки-37, Жиры-27, Углеводы-103	
Итого за день			Калорийность-1 214, Белки-47, Жиры-35, Углеводы-177	150-22

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

_____ (Давлетгареева Г.И.)
 _____ (Акбашева Г.З.)

Калькулятор

_____ (Зарипова Д.А.)