

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



Утверждаю:
 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 22.04.2024, 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	
60	381	Котлеты из говядины п/ф <i>Котлеты из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-134, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
180	403	Макароны с томатом <i>Макаронные изделия гр. А, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное (И), Масло растительное</i>	Калорийность-285, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-43	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-634, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-84	
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
200/5	88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной <i>Капуста белокачанная неочищенная, Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-168, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-8	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/150	364	Азу <i>Говядина (бескостная), Масло растительное, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Мука пшеничная, Огурцы соленые, Картофель неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-282, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-24	
200	503	Инстантный витаминизированный напиток (кисель) <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
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-866, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-114	
Итого за день			Калорийность-1 500, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-198	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 22.04.2024, 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	
60	381	Котлеты из говядины п/ф <i>Котлеты из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-134, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
180	403	Макаронны с томатом <i>Макаронные изделия гр. А, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное (И), Масло растительное</i>	Калорийность-285, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-43	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
Итого за Завтрак			Калорийность-589, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-73	69-57
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
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	
20	170	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	
30/30	246	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2	
150	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	
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-743, Белки-36, Жиры-27, Углеводы-88	78-02
Итого за день			Калорийность-1 332, Белки-54, Жиры-52, Углеводы-161	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 22.04.2024, 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				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
60	381	Котлеты из говядины п/ф <i>Котлеты из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-134, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
220	403	Макароны с томатом <i>Макаронные изделия гр. А, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное (И), Масло растительное</i>	Калорийность-349, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-53	
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	
Итого за Завтрак			Калорийность-731, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-100	
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
250/5	88	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной <i>Капуста белокачанная неочищенная, Картофель неочищенный, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана</i>	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-10	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15	
30/170		Азу <i>Говядина (бескостная), Масло растительное, Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Мука пшеничная, Огурцы соленые, Картофель неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-319, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-32	
200	503	Инстантный витаминизированный напиток (кисель) <i>Концентрат киселя, Сахар</i>	Калорийность-131, Углеводы-33	
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-1 008, Белки-41, Жиры-33, Углеводы-137	
Итого за день			Калорийность-1 739, Белки-62, Жиры-60, Углеводы-237	164-46

Шеф-повар
 Ответственный по питанию

Калькулятор

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

 (Зарипова Д.А.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ № 4 (Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:

Умубаева З.Ф.



Меню

на 22.04.2024, 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				
10	14	Масло сливочное порциями	Калорийность-66, Жиры-7	
60	381	Котлеты из говядины п/ф <i>Котлеты из говядины (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-134, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	
220	403	Макаронны с томатом <i>Макаронные изделия гр. А, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное (II), Масло растительное</i>	Калорийность-349, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-53	
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 Завтрак			Калорийность-684, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-89	76-36
Обед				
60	86	Салат Бурячок <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый неочищенный, Масло растительное</i>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
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	
20	170	Гренки из ржано-пшеничного хлеба	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	
30/30	246	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-153, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-2	
170	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-38	
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-851, Белки-41, Жиры-31, Углеводы-103	88-10
Итого за день			Калорийность-1535, Белки-63, Жиры-58, Углеводы-192	164-46

Шеф-повар
Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)