

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



Утверждаю:

 Умурбаева З.Ф.

Меню

на 22.05.2024, 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				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	312	Картофельное пюре <i>Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное (И), Соль йодированная</i>	Калорийность-181, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	
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-467, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-68	
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6	
200/5	81	Борщ на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Сметана</i>	Калорийность-168, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-8	
30/150	217	Кулеш с мясом (гречневой крупой) <i>Говядина (бескостная), Масло растительное, Крупа гречневая, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный</i>	Калорийность-379, Белки-18, Жиры-17, 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-862, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-101	
Итого за день			Калорийность-1 329, Белки-52, Жиры-51, Углеводы-169	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 22.05.2024, 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				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
190	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-189, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-40	
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-430, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-63	69-57
Обед				
60	79	Салат из моркови, яблок и зеленого горошка <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Масло растительное</i>	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4	
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	
30/150	217	Кулеш с мясом (гречка) <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-379, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-40	
200	507	Компот из свежих яблок	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-784, Белки-37, Жиры-34, Углеводы-81	78-02
Итого за день			Калорийность-1 214, Белки-53, Жиры-47, Углеводы-145	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

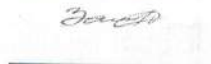
на 22.05.2024 МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ, инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
225	312	Картофельное пюре <i>Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное (И), Соль поваренная</i>	Калорийность-208, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-40	
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-527, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-81	
Обед				
60	67	Салат из моркови, припущенной с яблоком <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-97, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6	
250/5	81	Борщ на мясном бульоне со сметаной <i>Свекла неочищенная, Капуста белокочанная неочищенная, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Сметана</i>	Калорийность-207, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-10	
30/170	217	Кулеш с мясом (гречн. крупой) <i>Говядина (бескостная), Масло растительное, Крупа гречневая, Лук репчатый неочищенный, Соль поваренная</i>	Калорийность-411, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-45	
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-998, Белки-43, Жиры-37, Углеводы-122	
Итого за день			Калорийность-1 525, Белки-60, Жиры-54, Углеводы-202	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 22.05.2024г. МОАУ СОШ № 4, 5-11 классы диабетик

Выход (г)	№ рецеп.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
60	296	Котлеты из птицы <i>Котлеты из птицы (76г), Масло растительное</i>	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-2	
225	171	Каша перловая рассыпчатая <i>Крупа перловая, Соль йодированная</i>	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-50	
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-509, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-80	76-36
Обед				
60	79	Салат из моркови, яблок и зеленого горошка <i>Морковь неочищенная, Яблоки, Горошек зеленый консерв., Масло растительное</i>	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4	
1250/5	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	
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	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-903, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-97	88-10
Итого за день			Калорийность-1 412, Белки-62, Жиры-51, Углеводы-177	164-46

Шеф-повар

Ответственный по питанию

(Давлетгареева Г.И.)

(Акбашева Г.З.)

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)