

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ № 4 \_\_\_\_\_ (Юсупова Л.Ю.)

Утверждаю:

\_\_\_\_\_ (Умурбаева З.Ф.)

## Меню

на 24.05.2024, 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
<b>Завтрак</b>				
60	54	Салат из свеклы с яблоками <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7	
25/30	368	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-136, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-2	
150	312	Картофельное пюре <i>Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное (Н), Соль йодированная</i>	Калорийность-150, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-26	
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	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-493, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-68	
<b>Обед</b>				
60	75	Икра морковная <i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар</i>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6	
200	102	Суп картофельный с бобовыми <i>Картофель неочищенный, Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-197, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-16	
30/150/5	285	Макаронник с мясом и м/сл <i>Говядина клетчатное, Масло растительное, Макароны изделия гр. А, Лук репчатый неочищенный, Масло сливочное (Н), Сухари панировочные, Соль йодированная</i>	Калорийность-427, Белки-16, Жиры-20, Углеводы-46	
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	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-913, Белки-37, Жиры-33, Углеводы-115	
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1 406, Белки-53, Жиры-52, Углеводы-183	<b>147-59</b>

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 24.05.2024, МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>				
60	54	Салат из свеклы с яблоками (без сахара) <i>Свекла неочищенная, Яблоки, Масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
25/30	368	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина (бескостная), Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная</i>	Калорийность-136, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-2	
150	171	Каша рассыпчатая из гречневой крупы <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное (И)</i>	Калорийность-226, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	
200	54-1гн-	Чай (без сахара)		
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-517, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-65	<b>69-57</b>
<b>Обед</b>				
60	75	Икра морковная <i>Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Томат-паста, Масло растительное</i>	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
200	102	Суп с бобовыми <i>Горох, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная</i>	Калорийность-208, Белки-17, Жиры-8, Углеводы-16	
30/140/5	285	Макаронник с мясом и м/сл <i>Говядина котлетное, Масло растительное, Макароны изделия гр. А, Лук репчатый неочищенный, Масло сливочное (И), Сухари панировочные, Соль йодированная</i>	Калорийность-408, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-43	
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	
<b>Итого за Обед</b>			Калорийность-825, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-96	<b>78-02</b>
<b>Итого за день</b>			Калорийность-1342, Белки-59, Жиры-51, Углеводы-161	<b>147-59</b>

Шеф-повар  
 Ответственный по питанию

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

Калькулятор

(Зарипова Д.А.)