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

Утверждаю:
_____
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 24.10.2023, 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		
185/5	267	**Каша пшенная молочная жидкая с м/сл.** *Крупа пшенная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	Калорийность-248, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-35	
60	563	**Булочка ванильная** *Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин*	Калорийность-205, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36	
200	493	**Чай с сахаром** *Чай, Сахар*	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	1	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и морковью** *Капуста белокочанная неочищенная, Кислота лимонная, Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Сахар, Масло растительное, Соль йодированная*	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11	
200	113	**Суп-лапша домашняя на курином бульоне** *Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное*	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
30/150	291	**Плов из отварной птицы** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная*	Калорийность-323, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-41	
200	512	**Компот из изюма** *Изюм, Сахар*	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-798, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-120	
		Итого за день	Калорийность-1 396, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-223	**136-98**

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 24.10.2023, 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		
185/5	264	**Каша молочная из пшенной крупы жидкая с м/сл** *Крупа пшенная, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	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	
100	112	**Фрукт яблоко**	Калорийность-47, Углеводы-10	
		Итого за Завтрак	Калорийность-371, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-61	**64-44**
		Обед		
60	1	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и морковью (без сахара)** *Капуста белокочанная неочищенная, Кислота лимонная, Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное, Соль йодированная*	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-7	
200	113	**Суп-лапша домашняя на курином бульоне** *Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное*	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
30/30	290	**Птица, тушенная в соусе** *Куриная грудка, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста*	Калорийность-114, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2	
150	171	**Каша пшеничная рассыпчатая** *Крупа пшеничная, Соль йодированная*	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-712, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-103	**72-54**
		Итого за день	Калорийность-1 083, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-164	**136-98**

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 24.10.2023, 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		
220/5	182	**Каша пшенная молочная жидкая с м/сл.** *Крупа пшенная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	Калорийность-288, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-42	
60	563	**Булочка ванильная** *Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Ванилин*	Калорийность-205, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36	
200	493	**Чай с сахаром** *Чай, Сахар*	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	1	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и морковью** *Капуста белокочанная неочищенная, Кислота лимонная, Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Сахар, Масло растительное, Соль йодированная*	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-11	
250	113	**Суп лапша домашняя на курином бульоне** *Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное*	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14	
30/170	291	**Плов из отварной птицы** *Куриная грудка, Масло растительное, Лук репчатый неочищенный, Морковь неочищенная, Томат-паста, Крупа рисовая, Соль йодированная*	Калорийность-356, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-47	
200	512	**Компот из изюма** *Изюм, Сахар*	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-926, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-141	
		Итого за день	Калорийность-1 596, Белки-45, Жиры-43, Углеводы-257	**157-65**

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 24.10.2023, 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		
220/5	264	**Каша молочная из пшенной крупы жидкая с м/сл** *Крупа пшенная, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)*	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	
100	112	**Фрукт яблоко**	Калорийность-47, Углеводы-10	
		Итого за Завтрак	Калорийность-437, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-73	**73-20**
		Обед		
60	1	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и морковью (без сахара)** *Капуста белокочанная неочищенная, Кислота лимонная, Свекла неочищенная, Морковь неочищенная, Масло растительное, Соль йодированная*	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-7	
250	113	**Суп лапша домашняя на курином бульоне** *Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное*	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14	
30/30	290	**Птица, тушенная в соусе** *Куриная грудка, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста*	Калорийность-114, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2	
170	171	**Каша пшеничная рассыпчатая** *Крупа пшеничная, Соль йодированная*	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-812, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-120	**84-45**
		Итого за день	Калорийность-1 249, Белки-45, Жиры-34, Углеводы-193	**157-65**

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

Калькулятор _____(Зарипова Д.А.)