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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 26.12.2023, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		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
120	**112**	**Фрукт яблоко**	Калорийность-56, Углеводы-12
50		**Пряники заварные**	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38
100	**112**	**Фрукт мандарин**	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8
		Итого за Завтрак	Калорийность-875, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-160
		Обед	
60	**1**	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и** *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-1 673, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-279

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

197-98

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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 26.12.2023, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		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
120	**112**	**Фрукт яблоко**	Калорийность-56, Углеводы-12
50		**Пряники заварные**	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38
100	**112**	**Фрукт мандарин**	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8
		Итого за Завтрак	Калорийность-875, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-160
		Обед	
60	**1**	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и** *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-1 673, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-279

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

197-98

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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 26.12.2023, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		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
120	**112**	**Фрукт яблоко**	Калорийность-56, Углеводы-12
50		**Пряники заварные**	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38
100	**112**	**Фрукт мандарин**	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8
		Итого за Завтрак	Калорийность-875, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-160
		Обед	
60	**1**	**Салат из белокочанной капусты со свеклой и** *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-1 673, Белки-42, Жиры-42, Углеводы-279

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

197-98

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

Утвержд
_____
Умурбае

Меню

на 26.12.2023, МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ,инвалиды

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		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** *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

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

Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)

даю:

ева З.Ф.

Стоимость питания

157-65