



Утверждаю
МБОУ СОШ с.Базитамак
Мусабилов М.А.

Меню на 21.02.2024г. (1 неделя , среда)

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
2.1	Салат из свежей капусты с морковью	60	1.38	3.08	7.01	62.12
209	Котлеты из птицы(куриные) с овощным подливом	90	12.08	11.0	10.15	171.00
211.05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7.27	5.38	46.35	263.1
283	Чай с сахаром	200	0.1		9.10	35.0
42	Сыр (порциями)	15	3.48	4.40	0	54.6
1	Хлеб пшеничный	30	2	0.3	14.6	73
Итого на завтрак		601	26.74	24.16	87.21	603.82

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
2.1	Салат из свежей капусты с морковью	60	1.38	3.08	7.01	62.12
209	Котлеты из птицы(куриные) с овощным подливом	90	12.08	11.0	10.15	171.00
211.05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7.27	5.38	46.35	263.1
283	Чай с сахаром	200	0.1		9.10	35.0
42	Сыр (порциями)	15	3.48	4.40	0	54.6
1	Хлеб пшеничный	50	4	0.04	0.02	0.05
Итого на завтрак		621	28.31	23.90	72.63	531.27

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
2.1	Салат из свежей капусты с морковью	60	1.38	3.08	7.01	62.12
209	Котлеты из птицы(куриные) с овощным подливом	90	12.08	11.0	10.15	171.00

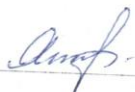
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,27	5,38	46,35	263,1
283	Чай с сахаром	200	0,1		9,10	35,0
1	Хлеб пшеничный	50	4	0,04	0,02	0,05
Итого на завтрак		606	24,83	1950	72,63	531,27

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
2.1	Салат из свежей капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
209	Котлеты из птицы(куриные) с овощным подливом	90	12,08	11,0	10,15	171,00
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,27	5,38	46,35	263,1
283	Чай с сахаром	200	0,1		9,10	35,0
1	Хлеб пшеничный	50	4	0,04	0,02	0,05
42	Сыр (порциями)	15	3,48	4,40	0	54,6
Итого на завтрак		621	28,31	23,9	72,63	585,87

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
63	Суп картофельный с бабовыми и гречками	250/20	7,90	4,30	31,50	199,00
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
239	Картофель отварной	180/4	3,70	8,40	32,60	219,00
283	Чай с сахаром	200	0,1		9,10	35,0
1	Хлеб пшеничный	30	2	0,3	14,6	76
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,8	66
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого на завтрак		1014	27,08	23,47	127,13	840,79

Повар  Янгирова Г.Р.



Меню на 21.02.2024
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич	Ви тamin C	№
День 8		1,5-3лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ть (ккал.)		рецепта
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	200/5	6,7	9,8	27,1	223	0,23	311,00
	какао с молоком	150	200	3,0	3,1	17,9	109	0,52	692
	Бутерброд с сыром	40/10	40/15	6,9	3,5	22,00	150	0,04	3,00
	Итого на завтрак		457,5	16,6	16,4	67,0	482,00	0,79	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	200	1,00	0,20	20,20	4,00	4,09	
Обед	Салат пестрый	40	60	0,6	2,7	6,4	52,00	2,24	31,00
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	2,20	2,1	15,1	89,00	5,28	140,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	200/5	11,20	7	46,2	296,00	0	297
	Котлеты из говядины	76	76	10,8	17	12,90	248	0,83	471
	Кисель из концентрата на плодовым или ягодных	150	200	0,00	0,00	10,0	119,00	0,00	648,00
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0,00	
	Итого на обед		720	29,05	29,03	114,85	922,5	9,89	
Полдник	Ватрушки с творогом	50	70	8,10	5,1	27,6	191,00	0,04	741,00
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,40	1,10	11,30	59,00	0,26	ТТК № 12
	Итого на полдник		280	9,5	6,20	38,90	250,00	0,30	
Итого за день				55,15	51,63	220,75	1654,5	10,98	

Повар  /Гусманова З.Р./