



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Мусабилов М.А.

Меню на 16.02.2024. (2 неделя, пятница)

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
493.02	Каша молочная Дружба с маслом	155	5	7	26	186
283	Чай с сахаром	200	0	0	10	40
420.02	Хлеб пшеничный	40	3	0	22	40
27.01	Сыр	10	3	3	5	35
	Йогурт для детского питания 3.2% жирности	100	3.2	3	9.2	80
Итого на завтрак		505	14.2	13	72.20	381

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
493,02	Каша молочная Дружба с маслом	155	5	7	26	186
283	Чай с сахаром	200	0	0	10	40
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
27,01	Сыр	10	3	3	5	35
	Йогурт для детского питания 3,2% жирности	100	3,2	3	9,2	80
Итого на завтрак		515	16,2	13,04	50,22	341,05

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						
493.02	Каша молочная Дружба с маслом	155	5	7	26	186
283	Чай с сахаром	200	0	0	10	40
1	Хлеб пшеничный	50	4.00	0.04	0.02	0.05

Итого на завтрак		<u>405</u>	<u>9</u>	<u>7,04</u>	<u>36,02</u>	<u>226,05</u>

Завтрак (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						
493,02	Каша молочная Дружба с маслом	155	5	7	26	186
283	Чай с сахаром	200	0	0	10	40
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
27,01	Сыр	10	3	3	5	35
	Йогурт для детского питания 3,2% жирности	100	3,2	3	9,2	80
Итого на завтрак		515	15,20	13,04	50,22	341,05

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
209	Биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе)	90	9.92	11.21	6.77	167.48
225	Рис припущенный	180	4.46	6.53	45.32	258.07
282	Компот из свежих плодов и ягод	200	0.16	0	14.99	60.64
1	Хлеб пшеничный	30	2.0	0.3	14.6	73.0
	Хлеб ржаной	30	2.4	0.3	13.8	66.0
Итого на завтрак		800	26.14	22.54	123.38	803.19

Повар  Янгирова Г.Р.



Меню на 16.02.2024

Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюдо)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич	Витамин С	№ рецепта
		1,5-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ть (ккал.)		
День 5									
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая	150/4	200/5	8.8	9.1	35.5	260	0,2	302
	Какао с молоком	150	200	1.8	1.8	9.15	58.5	0.26	693
	Бутерброд с сыром	40/10	40/15	7,9	4,75	24,2	172	0,11	1
	Итого на завтрак		447.5	18,5	15,65	68.85	490,5	0,57	
Второй завтрак	йогурт	100	100	3,2	3,5	11,2	88,6	1.20	
Обед	Салат из свеж капусты	40	60	1,3	2,7	6,2	54	12,99	43
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	4,4	4,4	15,9	119	0,52	160
	Плов из курицы	150	220	35,7	43,3	39	691	2,09	ТТК №9
	Сок фруктов	150	200	1	0,2	20,2	4	4,09	
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0.5	24,15	117,5	0.00	
	Итого на обед		830	49,55	54,6	116,65	1074,1	20,89	
Полдник	Кыстыбый с кашей	50	70	5,2	6,4	25,1	180	0,18	645
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,4	1,1	11,3	59	0,26	ТТК №283
	Итого на полдник		270	7.72	7.25	43.7	267.5	0.86	
Итого за день				75,77	77,5	229,2	1832,1	22,32	

Повар  /Гусманова З.Р./