



Завтрак (для обучающихся начальных классов)

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вноса)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			<u>Б</u>	<u>Ж</u>	<u>У</u>	
Завтрак						

26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
38	Каша гречневая	210/7	9,50	7,70	38,20	264
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,98	9,97	5,33	153,79
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	16,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
Итого на завтрак		634	25,07	19,05	63,43	513,96

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						
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
38	Каша гречневая	210/7	9,50	7,70	38,20	264
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,98	9,97	5,33	153,79
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	16,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
42	Сыр	10	2,6	2,65	0,35	35,56
	Сок фруктовый в индивид.упаковке по 200мл	200	1	0,2	20,2	92
Итого на завтрак		844	28,97	21,90	84,98	641,52

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						
4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,84	5,06	5,32	70,02
43	Свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16
ДО7БИ19	Рыбные котлеты с соусом	90	9,00	4,00	9,00	108,00
242	Картофельное пюре с морковью	200	4,10	4,52	29,46	175,78
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,4	0,10	41,40	171,00
1	Хлеб пшеничный	30	2	0,3	14,6	73
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого на завтрак		900	21,97	20,62	120,03	746,96

Повар



Янгирова Г.

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

Меню на 01.02.2024
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюд)	выход 1,5-3 лет	выход 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетич цен-ть (ккал.)	Ви та мин С	№ рецепта
День 4		1,5-3 лет	3-7 лет	Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	200/5	5,0	8,2	30,3	215,00	0,22	311,00
	какао с молоком	150	200	3,60	3,3	13,7	100,00	0,52	ТТК №15
	Бутерброд с повидлом	40/20	40/20	2,4	7,5	36,9	222	0,08	2,00
	Итого на завтрак		482,5	10,64	19	80,9	537,00	0,82	
Второй завтрак	Яблоко	90	100	1,50	0,5	21,00	96,00	10,0	
Обед	Винегрет	40	60	0,8	1,4	4,3	33,00	3,11	71,00
	Суп картофельный с крупой и рыбными консерв	150/4	200/5	1,90	4,6	9,3	86	4,81	134,00
	Гуляш	50/50	70/50	20,1	20,5	3,2	277	0,94	437,00
	Картофельное пюре	120	150	3,1	4,6	20,1	137,00	10,40	520,00
	Кисель из концентрата	150	200	0,00	0,00	24,00	93	25	377,00
	Хлеб пшеничный	50	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,00	
	Итого на обед		677	31,35	32,1	106,05	839,5	54,26	
Полдник	Каша ячневая молочная жидкая	150/4	200/5	7,1	7,6	36,7	245	0,50	302,00
	Чай с лимоном и сахаром	150/7	200/7	0,20	0,03	9,3	38,00	1,12	ТК № 284
	Хлеб пшеничный	30	30	3,95	0,5	24,15	117,5	0,00	
	Итого на полдник		270	9,22	12,67	66,55	414,33	1,62	
Итого за день				51,21	63,77	253,95	1790,83	56,7	

Повар  /Гусманова З.Р./