

Утверждаю  
Директор МБОУ ООШ №12  
Бугульминского муниципального района РТ  
*Сайфуллина* Е.Б.Хамидуллина

## МЕНЮ

на 09.12.2021 \_\_\_\_\_ г.

### Завтрак

| №  | Наименование  | Выход (гр) | Белки | Жиры | Угл. | Ккал  |
|----|---------------|------------|-------|------|------|-------|
| 1. | Печенье       | 50         | 3,7   | 4,7  | 36,6 | 203,5 |
| 2. | Чай с сахаром | 200/15     | 0,07  | 0,02 | 15   | 60    |

### Горячий завтрак

| №  | Наименование                                     | Выход (гр) | Белки | Жиры | Угл.      | Ккал  |
|----|--|------------|-------|------|-----------|-------|
| 1. | Бутерброд с сыром                                | 50         | 6,27  | 7,03 | 14,8<br>3 | 155   |
| 2. | Котлета домашняя из говядины                     | 90         | 10,15 | 10,5 | 8,1       | 199,6 |
| 3. | Каша "Дружба" вязкая молочная с маслом сливочным | 150/5      | 2,33  | 2,94 | 38,9<br>4 | 178,5 |
| 4. | Чай с сахаром, с лимоном                         | 185/10/5   | 0,13  | 0,02 | 10,2      | 42    |
| 5. | Хлеб ржаной                                      | 20         | 1,32  | 0,24 | 7,92      | 39,6  |

### Горячий завтрак

| №  | Наименование                                     | Выход (гр) | Белки | Жиры | Угл.  | Ккал |
|----|--|------------|-------|------|-------|------|
| 1. | Бутерброд с сыром, с маслом сливочным            | 50         | 6,27  | 7,03 | 14,83 | 155  |
| 2. | Каша "Дружба" вязкая молочная с маслом сливочным | 250/5      | 10,15 | 9,99 | 39,5  | 245  |
| 3. | Чай с сахаром, с лимоном                         | 185/10/5   | 0,13  | 0,02 | 10,2  | 42   |
| 4. | Хлеб ржаной                                      | 40         | 2,34  | 0,48 | 15,84 | 79   |

### Обед

| №  | Наименование                              | Выход (гр) | Белки | Жиры      | Угл.  | Ккал  |
|----|---|------------|-------|-----------|-------|-------|
| 1. | Суп картофельный мясом птицы              | 250/10     | 4,453 | 4,18<br>8 | 16,87 | 134,6 |
| 2. | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/20     | 27,81 | 19,8      | 36,6  | 435,8 |
| 3. | Чай с сахаром с лимоном                   | 200/15/7   | 0,13  | 0,02      | 15,2  | 62    |
| 4. | Батон в/с                                 | 30         | 2,25  | 0,87      | 15,42 | 78,6  |

Зав производством \_\_\_\_\_ Сайфуллина Р.А.