

Утверждаю
Директор школы
Н.Д. Курамшин



МЕНЮ
на 8 сентября 2022г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60		0,07	3,06	6,70	54,06
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50		11,30	4,95	3,80	105,00
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,10	8,43	20,51	170,25
4	Компот из свежих яблок (75 С)	200		0,16	0,16	22,88	104,60
5	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
	Хлеб ржаной	20	55,55	1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	565		14,63	16,60	68,65	473,51
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100		0,12	5,10	11,17	90,10
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50		11,30	4,95	3,80	105,00
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3		3,71	7,95	24,57	184,50
4	Компот из свежих яблок (75 С)	200		0,16	0,16	22,88	104,60
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
	Хлеб ржаной	20	55,55	1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	623		18,13	18,56	80,18	570,80
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Пряник	30		3,60	1,77	22,50	109,8
2	Напиток из шиповника	200		0,68	0,28	20,76	88,20
	Итого:	250	8.30	4,3	2,1	43,3	198
	Группы продленного дня						
№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Котлеты из мяса кур в томатном соусе	80/20		14,12	8,44	14,51	190,90
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		10,55	4,93	47,71	276,56
2	Кисель	200		0,24	0,12	35,76	145,08
3	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	490	35.00	27,75	13,89	115,74	699,14
	Всего:	780		30,39	14,37	131,58	778,34

Зав. производством
Рельдшер

Ф.Ш.Зангирова
Л. А.Сабиоров