

Утверждено
Директор МБОУ СОШ с.Аккузово
Ф.В.Гайнуллина



Меню на 05.03.2014

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	15,78	41,44	399,78
365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,04	0,02	0,05
	Йогурт для детского питания 3,2%жир.	100	3,2	3,0	9,2	80
	Итого		565	24,25	24,59	66,05

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,78	41,44	399,78
365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	30	2	0,3	14,6	73
	Йогурт для детского питания 3,2%жир.	100	3,2	3,0	9,2	80
	Итого		545	22,25	24,85	80,63

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	250	21,12	19,72	51,80	499,72
365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,04	0,02	0,05
	Итого		515	25,27	25,53	67,21

Повар: Гиндуллина А.В