

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево
Ф.В.Гайнуллина



Меню на 31.01.2024г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
179	Каша «Артек» молочная вязкая	200/6	8,3	7,8	76,47	405,15
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками	250/15	8,2	4,74	35,42	217,85
1	Хлеб пшеничный	50	4	0,04	0,02	0,05
365	Масло сливочное	8	0,08	5,7	0,1	52,8
283	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35,0
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	829	21,08	18,68	130,91	757,85

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
179	Каша «Артек» молочная вязкая	180/5	7,5	7,1	68,9	365,0
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками	200/15	6,62	3,83	28,57	175,69
1	Хлеб пшеничный	30	2	0,3	14,6	73
283	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35,0
365	Масло сливочное	8	0,08	5,7	0,1	52,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	738	16,7	17,33	131,07	748,49

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
179	Каша «Артек» молочная вязкая	200/6	8,3	7,8	76,47	405,15
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками	250/15	8,2	4,74	35,42	217,85
1	Хлеб пшеничный	50	4	0,04	0,02	0,05
365	Масло сливочное	8	0,08	5,7	0,1	52,8
283	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35,0
	Итого	729	20,68	18,28	121,11	710,85

Повар:  Гиндуллина А.В