

Согласовано:

Директор МБОУ "Дошкольного СОШ"
Буртаклы Д.М.



Меню на 13.05.2023 года

12-й день по двенадцатидневному меню

| Наименование блюда | Цена | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные вещества | | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------|--------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углевод ы | Калл | А | В | С | Е | Са | Mg | P | Fe | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная овсяная с маслом | 13-50 | 302* | 220/5 | 6,6 | 12,32 | 29,04 | 253,44 | 0,08 | 0,16 | 1,31 | 0,25 | 160,88 | 36,55 | 244,71 | 0,92 | |
| Какао с молоком | 9-84 | 693* | 200 | 3,04 | 3,39 | 27,91 | 149,00 | 0,03 | 0,04 | 1,30 | 0,01 | 120,64 | 14,88 | 98,08 | 0,24 | |
| Хлеб пшеничный | 2-30 | | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | 0,00 | 0,06 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 7,00 | 32,50 | 0,55 | |
| итого: | 25-92 | | | 13,44 | 16,11 | 81,25 | 521,44 | 0,11 | 0,26 | 2,61 | 0,81 | 291,52 | 58,43 | 375,29 | 1,71 | |
| обед для 1-4 классов | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы соленные порциями | 0 | | 60 | 0,48 | 0,06 | 0,96 | 8 | 0,02 | 0,02 | 3 | 0,06 | 13,8 | 8,4 | 14,4 | 0,36 | |
| Суп крестьянский с крупой | 3-99 | 134* | 200 | 1,51 | 3,32 | 9,24 | 106 | 0,04 | 0,04 | 8 | 0,32 | 19,28 | 16,62 | 40,84 | 0,53 | |
| Кнели из говядины | 28-53 | 474* | 90 | 18,03 | 6,64 | 2,61 | 143 | 0,05 | 0,23 | 0,84 | 2,08 | 36,61 | 25,49 | 202,77 | 2,09 | |
| Рис отварной | 9-96 | 511* | 150 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228 | 0,07 | 0,04 | 0 | 0,44 | 5,13 | 27,03 | 82,28 | 0,55 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 4-56 | 639* | 200 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | 44,8 | 6 | 15,4 | 1,26 | |
| Хлеб ржаной | 3-10 | | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,04 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 | |
| итого: | 50-20 | | | 27,09 | 16,73 | 80,90 | 727,00 | 0,18 | 0,37 | 12,24 | 3,68 | 134,02 | 94,94 | 407,89 | 7,03 | |
| обед для 5-11 классов | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы соленные порциями | 0 | 0 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 13,36 | 0,03 | 0,03 | 5,01 | 0,1 | 23,05 | 14,03 | 24,05 | 0,6 | |
| Суп крестьянский с крупой | 4-99 | 1-94 | 134* | 250 | 1,87 | 4,97 | 11,52 | 121 | 0,01 | 0,05 | 10 | 0,4 | 23,5 | 20,75 | 50,1 | 0,65 |
| Кнели из говядины | 31-14 | 26-04 | 474* | 100 (60/40) | 20,13 | 9,32 | 4,97 | 185 | 0,08 | 0,31 | 0,39 | 2,56 | 57,93 | 29,99 | 239,77 | 2,34 |
| Рис отварной | 11-31 | 11-31 | 511* | 180 | 4,58 | 7,33 | 46,33 | 275 | 0,08 | 0,04 | 0 | 0,53 | 6,15 | 32,43 | 98,74 | 0,67 |
| Компот из смеси сухофруктов | 4-56 | 4-56 | 639* | 200 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | 44,8 | 6 | 15,4 | 1,26 |
| Хлеб ржаной | 3-10 | 3-10 | | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,04 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 |
| итого: | 55-50 | 47-41 | | | 30,64 | 22,32 | 93,90 | 836,36 | 0,20 | 0,47 | 15,80 | 4,37 | 169,83 | 114,60 | 480,26 | 7,76 |

Повар Азмуханова И.Н.
 Ответственный по питанию: Вахитова Л.Р.

м.ш. 81 42