

Утверждаю.  
 ВРИО директора МОБУ СОШ  
 им. Н. Каримова с. Кугарчи:  
 Кулуева Р.Б.

Меню на 20.11.2024 г

| Наименование блюда              | ВЫХОД | БЕЛКИ        | ЖИРЫ         | УГЛЕВОДЫ      | ЭНЕРГИТЕЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, ККАЛ |
|---------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| <b>ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС , ОВЗ</b>  |       |              |              |               |                               |
| Фрикассе из курицы              | 90    | 13           | 9            | 2             | 132                           |
| Рис припущенный                 | 150   | 4            | 4            | 36            | 193                           |
| Кисель витаминизированный       | 200   | 0            | 0            | 17            | 69                            |
| Хлеб пшеничный                  | 50    | 4            | 0            | 25            | 118                           |
| Яблоко                          | 150   | 1            | 1            | 13            | 62                            |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>           |       | <b>22</b>    | <b>14</b>    | <b>93</b>     | <b>574</b>                    |
| <b>ЗАВТРАК 5-11 КЛАСС ММС</b>   |       |              |              |               |                               |
| Фрикассе из курицы              | 90    | 13           | 9            | 2             | 132                           |
| Рис припущенный                 | 150   | 4            | 4            | 36            | 193                           |
| Кисель витаминизированный       | 200   | 0            | 0            | 17            | 69                            |
| Хлеб пшеничный                  | 50    | 4            | 0            | 25            | 118                           |
| Яблоко                          | 150   | 1            | 1            | 13            | 62                            |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>           |       | <b>22</b>    | <b>14</b>    | <b>93</b>     | <b>574</b>                    |
| <b>ОБЕД ОВЗ и дети-инвалиды</b> |       |              |              |               |                               |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                | 100   | 0,80         | 10,10        | 5,20          | 115,40                        |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ       | 250   | 8,80         | 11,90        | 13,00         | 188,10                        |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ           | 150   | 4 30         | 5,00         | 18,70         | 133 50                        |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ               | 100   | 15 80        | 22 20        | 14 60         | 308 60                        |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                   | 30    | 0 20         | 1 70         | 1 80          | 23 90                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                   | 200   | 0 20         |              | 14 10         | 56 20                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 70    | 5 30         | 0 40         | 35 10         | 165 80                        |
|                                 |       | <b>35,40</b> | <b>51,30</b> | <b>102,50</b> | <b>991,50</b>                 |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>           |       | <b>56,00</b> | <b>65,10</b> | <b>196,00</b> | <b>1 565,50</b>               |
| <b>ЗАВТРАК РП 5-11 КЛАСС</b>    |       |              |              |               |                               |
| Фрикассе из курицы              | 90    | 13           | 9            | 2             | 132                           |
| Рис припущенный                 | 150   | 4            | 4            | 36            | 193                           |
| Кисель витаминизированный       | 200   | 0            | 0            | 17            | 69                            |
| Хлеб пшеничный                  | 50    | 4            | 0            | 25            | 118                           |
| Яблоко                          | 150   | 1            | 1            | 13            | 62                            |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>           |       | <b>22</b>    | <b>14</b>    | <b>93</b>     | <b>574</b>                    |

Повар Тайсина А. Тайсина А.