

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

Меню на 20.12.2024 г

Наименование блюда	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГИТЕЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, ККАЛ
ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС, ОВЗ					
ГУЛЯШ	100	14,30	17,40	3,10	217,30
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	3,40	4,40	22,00	137,20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20		14,10	56,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,30	0,40	35,10	165,80
ТВОРОГ	85	8	10	3,9	120
Итого		23,20	22,20	74,30	576,5
ЗАВТРАК 5-11 КЛАСС ММС					
ГУЛЯШ	100	14,30	17,40	3,10	217,30
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	3,40	4,40	22,00	137,20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20		14,10	56,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,30	0,40	35,10	165,80
ТВОРОГ	85	8	10	3,9	120
Итого		23,20	22,20	74,30	576,5
Обед ОВЗ и дети-инвалиды					
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	60	0,60	1,20	4,50	32,40
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250				
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕС ОВОЩАМИ	100	10,90	7,90	2,40	119,70
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,30	7,10	43,80	250,70
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			21,80	86,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,30	0,40	35,10	165,80
		28,40	25,40	120,00	808,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		54,00	49,40	197,90	1 442,60
ЗАВТРАК РП 5-11 КЛАСС					
ГУЛЯШ	100	14,30	17,40	3,10	217,30
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	3,40	4,40	22,00	137,20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20		14,10	56,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,30	25,10	118,40
ТВОРОГ	85	8	10	3,9	120
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		21,70	22,10	64,30	529,10

Повар Тайсина Тайсина