



«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ с. Арсеново

Тукумбетова Г.Г.

Меню на 2 сентября 2021 г

Для обучающихся 1-4 классов, в том числе детей из ММС

Выход блюд, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66		35
50/50	Рыба, тушённая с овощами	10,18	7,78	2,17	119,99
150	Рис припущенный	3,79	6,54	38,96	229,69
200	Напиток витаминизированный «Витошка»			9,7	39
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130
	Итого за завтрак:	20,6	17,48	78,33	553,68

Для детей с ОВЗ и детей-инвалидов

Выход блюд, г	Наименование блюд завтрак	белки	жиры	угле воды	ккал
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66		35
50/50	Рыба, тушённая с овощами	10,18	7,78	2,17	119,99
150	Рис припущенный	3,79	6,54	38,96	229,69
200	Напиток витаминизированный «Витошка»			9,7	39
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130
	Итого за завтрак:	20,6	17,48	78,33	553,68
Выход блюд, г	Наименование блюд обед	белки	жиры	угле воды	ккал
250/60	Щи из свежей капусты с мясом птицы	1,68	4,86	7,36	80,73
50/50	Мясо птицы, припущенное в томат.соусе	19,83	17,99	2,93	251,97
150/5	Макаронные изделия отварные с маслом	5,82	4,31	37,08	210,5
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
50	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,2	0,4	22	104
	Итого за обед:	30,53	27,56	79,35	687,1

Для обучающихся 5-11 классов, питающихся на родительские взносы

Выход блюд, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
100	Котлеты рубленные из птицы				
100	Макаронные изделия отварные	6	5	36	212
50	Соус томатный				
200	Чай с сахаром				
85	Хлеб пшеничный витаминизированный				

Повар: Н.П. Сияркина Сияркина Н.П.