



«Утверждаю»
Директор МОБУ СОШ с. Арсеново
Тукумбетова Г.Г.

Меню на 20 октября 2022 г

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

Выход блюда, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
35	Бутерброд с маслом	0,06	5,8	0,1	52,88
230/6	Каша рисовая молочная	6,3	10,2	37,9	247,0
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130,0
	Итого за завтрак:	10,36	16,5	75,48	469,78

Для детей с ОВЗ и детей инвалидов

Выход блюда, г	Наименование блюд Завтрак	белки	жиры	угле воды	ккал
35	Бутерброд с маслом	0,06	5,8	0,1	52,88
230/6	Каша рисовая молочная	6,3	10,2	37,9	247,0
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130,0
	Итого за завтрак:	10,36	16,5	75,48	469,78
Выход блюда, г	Наименование блюд Обед	белки	жиры	угле воды	ккал
60	Салат из моркови	1,38	3,08	7,01	62,12
250/60	Борщ с капустой и картофелем с мясом пт	2,03	5,67	10,16	100,62
60/40	Котлеты из мяса птицы	9,87	11,79	8,34	178,98
150/5	Каша гречневая вязкая с соусом томатным	4,77	4,86	21,48	148,55
200	Чай с сахаром			9,98	39,9
50	Хлеб пшеничный витаминизированный	4	0,5	27,5	130

Для обучающихся 5-11 классов, питающихся на родительские взносы

Выход блюда, г	Наименование блюд	белки	жиры	угле воды	ккал
80/25	Гуляш из мяса птицы				
100	Каша гречневая рассыпчатая				
200	Чай с сахаром				
85	Хлеб пшеничный витаминизированный				

Повар: Скопинцева Р.А.