

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

## Меню на 30 ноября 2022 г

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

| Выход<br>блюдо, г | Наименование блюд                 | белки | жиры  | угле<br>воды | ккал   |
|-------------------|-----------------------------------|-------|-------|--------------|--------|
| 60                | Котлеты из мяса птицы             | 9,95  | 9,48  | 8,57         | 159,02 |
| 150               | Картофельное пюре                 | 3,95  | 6,09  | 26,5         | 177,19 |
| 200               | Чай с сахаром                     |       |       | 9,98         | 39,9   |
| 30                | Хлеб пшеничный витаминизированный | 2,4   | 0,3   | 16,5         | 78     |
|                   |                                   |       |       |              |        |
|                   | Итого за завтрак:                 | 16,3  | 15,87 | 61,55        | 454,11 |
|                   |                                   |       |       |              |        |

*Для детей с ОВЗ и детей-инвалидов*

| Выход<br>блюдо, г | Наименование блюд<br>завтрак             | белки | жиры  | угле<br>воды | ккал   |
|-------------------|------------------------------------------|-------|-------|--------------|--------|
| 60                | Котлеты из мяса птицы                    | 9,95  | 9,48  | 8,57         | 159,02 |
| 150               | Картофельное пюре                        | 3,95  | 6,09  | 26,5         | 177,19 |
| 200               | Чай с сахаром                            |       |       | 9,98         | 39,9   |
| 30                | Хлеб пшеничный витаминизированный        | 2,4   | 0,3   | 16,5         | 78     |
|                   |                                          |       | 0,    | 9,           | 4      |
|                   | Итого за завтрак:                        | 16,3  | 15,87 | 61,55        | 454,11 |
|                   |                                          |       |       |              |        |
| Выход<br>блюдо, г | Наименование блюд<br>обед                | белки | жиры  | угле<br>воды | ккал   |
| 250/30            | Борщ с капустой и картофелем с мясом пти | 2,03  | 5,67  | 10,16        | 100,62 |
| 60                | Котлеты рыбные                           | 7,86  | 6,26  | 8,12         | 120,8  |
| 150               | Макаронные изделия отварные с том.соусом | 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:                           | 18,91 | 16,64 | 87,34        | 575,82 |
|                   |                                          |       |       |              |        |

*Для обучающихся 5-11 классов, питающихся на родительские взносы*

| Выход<br>блюдо, г | Наименование блюд                                             | белки | жиры | угле<br>воды | ккал |
|-------------------|---------------------------------------------------------------|-------|------|--------------|------|
| 80/25             | Гуляш из мяса птицы                                           |       |      |              |      |
| 100               | Макаронные изделия отварные                                   | 6     | 5    | 36           | 212  |
| 200               | Чай с сахаром                                                 | 1     | 2    | 12           | 70   |
| 85                | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания |       |      |              |      |
|                   |                                                               |       |      |              |      |

Повар: \_\_\_\_\_