

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник ЛДП МБОУ СОШ

с.Имянликулево

Гилметдинова С.Р.

06.06.2024г. 4 день



| № рецеп-туры | Наименование блюда                                 | Выход в гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|----------------------------------------------------|-------------|-------|-------|----------|-------------------------------|
|              | <b>4 день Завтрак</b>                              |             |       |       |          |                               |
| 109          | Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая                 | 205         | 6,33  | 8,90  | 25,49    | 207,38                        |
| 269          | Какао с молоком                                    | 200         | 3,77  | 3,93  | 25,95    | 153,92                        |
|              | Печенье                                            | 20          | 0,15  | 1,96  | 14,88    | 83,4                          |
|              | Хлеб                                               | 40          | 2,6   | 0,4   | 19,3     | 92                            |
|              | <b>итого</b>                                       |             | 12,85 | 15,19 | 85,62    | 536,7                         |
|              | <b>обед</b>                                        |             |       |       |          |                               |
| 1            | Винегрет                                           | 100         | 1,26  | 10,14 | 8,32     | 129,26                        |
| 56           | Суп лапша домашняя                                 | 250         | 2,45  | 4,89  | 13,91    | 109,38                        |
|              | Котлеты куриные                                    | 60          | 9,65  | 12,92 | 61       | 74,48                         |
| 219          | Каша гречневая рассыпчатая                         | 150-200     | 11,64 | 7,24  | 60       | 351,74                        |
|              | Напиток с витаминами, кальцием и магнием «Валетек» | 200         | -     | -     | 17,4     | 67                            |
|              | Хлеб                                               | 60          | 4,6   | 0,6   | 29       | 138                           |
|              | Сок                                                | 200         | -     | -     | 23       | 92                            |
|              | <b>итого</b>                                       |             | 29,72 | 35,79 | 212,63   | 961,86                        |
|              | <b>всего</b>                                       |             | 42,57 | 50,98 | 298,25   | 1498,56                       |

Повар Ш Шакирова Г.Х.