

Утверждаю  
Директор МБОУ ООШ №12  
Бугульминского муниципального района РТ  
Е.Б.Хамидуллина

## МЕНЮ

на 09.10.2021 \_\_\_\_\_ г.

### Завтрак на 8 рублей

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Печенье	50	3,7	4,7	36	203
2.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40

### Горячий завтрак на 40 рублей

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
2.	Сыр порционнo	10	2,03	2,63		34,33
3.	Запеканка творожная с молоком сгущенным	175/25	18,03	20,65	51,6 4	474
4.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,0 0	40
5.	Хлеб белый	30	3,04	0,32	19,6 8	94

### Горячий завтрак на 53 рубль 41 копек

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
6.	Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
7.	Сыр порционнo	10	2,03	2,63		34,33
8.	Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	14,2	17,06	40,5	381
9.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40
10.	Хлеб белый	40	3,04	0,32	19,68	94

Зав производством Сайфуллина Р.А. Сайфуллина Р.А.