

16.11.2021

МЕНЮ

Возраст

Утверждаю:
директор МБОУ СОШ _____ И.М.Габбасов



Возраст		наименование блюд	№ рецептуры	масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность ккал.	Витамин С, мг
					Белки	жиры	углеводы		
от 7 до 11 лет									
завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 приём									
1	Суп с вермишелью.	183	180			29	*	143.5	
2	Напиток из шиповника	2	150	0.11		80		37.88	0.46
3	Булочка "Домашняя".	102	60					256	
5	Хлеб ржаной	421,11	40	3,2	0,2	18,4		71	
6	Хлеб пшеничный	420,02	40	3,2	0,4	22		78	
		294	10	0,33	0,4	24,69		96.	
Итого за завтрак									
			630/5						
обед для ОВЗ 2-ой приём									
1	Щи со свежей капустой	50	200		май.21	авг.33		92	ноя.98
2	Плов из курицы.	304	180	15,89				207.77	43497,00
3	Шоколад "Аленка"	98	100	4,1	3,2	10,00		98	0,42
4	Напиток из шиповника	2	200,00	0.11				37.88	0.46
5	Хлеб ржаной	402,02	40	3,2	0,4	18,4			
6	Хлеб пшеничный	421,11	40	3,2	0,4	22		70	
8	Итого за обед	294	10	0.33	0,7	24,69		96.45	16,2
Итого за день		748	790/40	10,5	44325	12307,4		70	0
		748	1210	10,5	44325	12307,4		70	
от 11 лет и старше									
завтрак для детей из МН									
				Пищевая ценность					
наименование блюд		масса порц. (г)		белки	жиры	углеводы	Эн. ценность ккал.		
				завтрак для детей из МН					
1	Суп с Вермишелью	183	200/5	0.81			31.26		
2	Напиток из шиповника	2	200	0.11			37.88	0.46	
3	Булочка "Домашняя".	102	60	5	10		256		
4	Хлеб ржаной	420,02	40	0,6	0,2	8,4	78	4	
5	Хлеб пшеничный	421,11	40	3,2	0,4	18,4	71		
Итого за завтрак			740			76,28	400,54		
Платное питание									
1	Плов из курицы.	304	200	15,89	16,июн		207.77	01.фев	
2	Напиток из шиповника	2	200	0.11		14,98	37.88	0.46	
3	Хлеб пшеничный	2	200	3,2	0,4	18,4	35		
Итого за завтрак		421,02	590	3,2	0,4	22	70		