

15.10.2021

Утверждаю:

директор МБОУ СОШ

И.М.Габбасов



МЕНЮ

Возраст		от 7 до 11 лет					Витамин с,мг
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность	
			белки	жиры	углеводы		
5 день 2 неделя	завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 прием						
	каша дружба	№260	205		29	143,5	
	сыр (порциями) 10г	№15	10		3	14	36
	компот из сухофруктов	№294	150	0,33	0,7	24,69	96,45
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№260	40	7,8	8,6	52,6	318
	бутерброд с маслом	№1	50\10	3,88	7,65	24,73	183,6
	сок 0,2						
	обед для ОВЗ 2 прием						
	суп молочный	№96	250	13	9	14	
	картофель отварной с маслом	№135	150	1,6	3,6	5,7	62
	котлеты	№98	100				
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71
	бананы		100				
	Итого за день		1040/5	39,1	36,28	195,5	1271,7
	Итого период			316,4	332,89	1375,79	10097,3
							233,15

Возраст		от 11 лет и старше					Витамин с,мг
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность	
			белки	жиры	углеводы		
5 день 2 неделя	завтрак для детей из МН и ОВЗ 1 прием						
	каша дружба	№260	205		29	143,5	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2	14	71	
	сыр (порциями)	№15	10		3	14	36
	компот из сухофруктов	№294	200		5	17	96,45
	бутерброд с маслом	№1	50\20	3,96	14,9	24,86	249,7
	сок 0,2		730/7	5,96	22,9		596,65
	обед для ОВЗ 2 прием						
	суп молочный	№96	250	8,6	8,4	14,3	167,3
	картофель отварной с маслом	№135	150	1,6	3,6	5,7	62
	котлеты	№98	100				
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71
	бананы		100	1	0,05	27,5	110
	Итого за обед		630	13,2	12,05	61,5	410,3
	Итого за день		1410/7	19,16	34,95	61,5	1006,95
							9,42

платники	гуляш из курицы	№246	30\30					
	макароны отварные	№309	150	1,84	0,19	6,5	34,92	
	хлеб пшеничный							
	какао с молоком	№289	200	0,02		9,9	35	0
	Итого за день						69,92	0