

17.11.2021.

Утверждаю:

директор МБОУ СОШ

И.М.Габбасов



МЕНЮ

Возраст

от 7 до 11 лет

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									
Третий день первой недели	1	Каша гречневая с маслом	175	180/5	8,2	8	33,4	240	0,46
	2	Котлеты	357	50	1,56			51,01	01.январ
	3	Кисель витамин.	283	150			9,9	2,9	0,2
	5	Хлеб ржаной	421,11	40		0,1	0,02	128	16,2
	6	Хлеб пшеничный	402,02	40		0,4		70	
	7	Яблоко	38	100	0,4	0,4			
	Итого за завтрак			560/5	окт.16	08.сен			
	обед для ОВЗ 2-ой приём								
	1	Суп из рыбных консервов	82	250		январ.00	январ.00		
	2	Жаркое по "Домашнему"	97	300	10.январ	10.январ	09.январ	175,92	14,16
3	Кисель витамин.	283	200			9,15	2,8	0,2	
5	Хлеб ржаной	421,11	40	3,2	0,4	18,4			
6	Хлеб пшеничный	420,02	40	3,2	0,4	22	70		
7	Мандарины		100	0,6			71	15	
8	Итого за обед		880						
Итого за день			1440						
					0				
от 11 лет и старше									
наименование блюд			масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность ккал.	Витамин С, мг	
				белки	жиры	углеводы			
завтрак для детей из МН									
Третий день первой недели	1	Каша гречневая с маслом	175	200/5	8,2	08.январ	фев.00	240	00.январ
	2	Котлеты	357	50	январ.00	01.январ	03.январ		
	3	Кисель витамин.	283	200			январ.00	2,8402,02	4
	4	Хлеб ржаной	420,02	40	0,6	0,2	8,4	78	
	5	Хлеб пшеничный	421,11	40	3,2	0,4	18,4	71	
	6	Яблоко	38	100	0,4	0,4	09.авг	47	
	Итого за завтрак								
	Платное питание								
	1	Суп из рыбных консервов	87	250	13.январ	14.январ	9,00		
	2	Кисель витамин.		200			15.январ		2,8
3	Хлеб пшеничный	421,11	200	03.фев	0,4	18,4	35		
4	Яблоко	38	100	0,4	0,4	09.авг	47	16,2	
Итого за завтрак									