

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ
«14» сентября 2021г
ММС; Начальные классы



Наименование блюда 2 день 2 неделя	Возраст	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
Рыба, тушеная с овощами	от 7 до 11 лет	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
Рис припущенный	от 7 до 11 лет	150	3,79	6,54	38,96	229,69
Чай с сахаром	от 7 до 11 лет	200			9,7	39
Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный(для детского питания)	от 7 до 11 лет	50	4	0,5	27,5	130
фрукты	от 7 до 11 лет	200	1	0	7	34
Итого за завтрак;	57-43	от 7 до 11 лет	18,97	15,32	85,33	554,68

ОВЗ; ММС

Наименование блюда 2 день 2 неделя	Возраст	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценности
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК ОВЗ; ММС						
Рыба, тушеная с овощами	от 7 до 11 лет	50/50	10,18	7,78	2,17	108,13
	от 11 лет и старше	70/50	12,15	4,5	0	54
Рис припущенный	от 7 до 11 лет	150/5	3,79	6,54	38,96	229,69
	от 11 лет и старше	180/5	7,2	6	43,2	254,4
Чай витаминизированный	от 7 до 11 лет	200			9,7	39
	от 11 лет и старше	200	1	2	12	70
Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный(для детского питания)	от 7 до 11 лет	50	4	0,5	27,5	130
	от 11 лет и старше	50	2,7	0	18,7	94,7
фрукты	от 7 до 11 лет	200	1	0	7	34
	от 11 лет и старше	200	1	0	7	34
Итого за завтрак; 55-00	от 7 до 11 лет	625	18,97	15,32	85,33	554,68
	от 11 лет и старше	650	24,05	12,5	80,9	507,1
ОБЕД ОВЗ						
Щи из свежей капусты со сметаной	от 7 до 11 лет	200/10	1,68	4,86	7,36	80,73
	от 11 лет и старше	250/10	15	11,25	15	225
Гуляш в томатном соусе	от 7 до 11 лет	45/45	19,83	17,99	2,93	251,97
	от 11 лет и старше	60/50	13,9	17	41,6	373
Отварные макароны с маслом	от 7 до 11 лет	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
	от 11 лет и старше	180/5	8,1	7,2	48,2	295
Чай с сахаром	от 7 до 11 лет	200			9,98	39,9
	от 11 лет и старше	200			9,1	35
Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	от 7 до 11 лет	40	3,2	0,4	22	104
	от 11 лет и старше	25	2		12	59
Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	от 7 до 11 лет	40	3,2	0,4	18,4	88
	от 11 лет и старше	25	2		10	50
Итого за обед;	от 7 до 11 лет		33,73	27,96	97,75	775,10
	от 11 лет и старше		41	35,45	135,9	1037
Итого за день;	от 7 до 11 лет		51,7	42,78	176,08	1293,78
	от 11 лет и старше		64,13	62,05	193,08	1679,5

Шеф повар

Б.С.П.