

08.10.2021

Утверждено:  
директором МБОУ СОШ

И.М.Габбасов



## МЕНЮ

Возраст		от 7 до 11 лет					Витамин с,мг	
наименование блюд	порц. (г)	масса	Пищевая ценность			Эн. ценность		
		белки	жиры	углеводы				
<b>завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием</b>								
макароны отварные	№ 203	150				22	143,5	
тефтели в томатном соусе	№277			3	14	36		
чай с молоком	№2	150	0,27	0,11	7,86	37,88	80	
Хлеб пшеничный (ржаной)	№108	40	7,8	8,6	52,6	318	0,04	
бананы		100						
<b>обед для ОВЗ 2 прием</b>								
суп из рыбных консервов	№5	250	8,8	4,4	15,1	137	9,1	
рис отварной с котлетой		150\100	1,6	3,6	5,7	62	3	
яблоки		100						
Хлеб пшеничный (ржаной)	108	30	2		14	71		
чай с молоком		150						
<b>Итого за день</b>		<b>1040/5</b>	<b>39,1</b>	<b>36,28</b>	<b>195,5</b>	<b>1271,7</b>	<b>17,53</b>	
<b>Итого периода</b>			<b>316,4</b>	<b>332,89</b>	<b>1375,79</b>	<b>10097,3</b>	<b>233,15</b>	

Возраст		от 11 лет и старше					Витамин с,мг	
наименование блюд	порц. (г)	масса	Пищевая ценность			Эн. ценность		
		белки	жиры	углеводы				
<b>завтрак для детей из МН и ОВЗ 1 прием</b>								
макароны отварные	№203	180	0,81	0,16	6,62	31,26	14,05	
Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71		
тефтели в томатном соусе	№277	80	15	12,9		35	0,55	
чай с молоком	№2	200	0,4	0,17	7,86	95,00		
бананы		0,6						
<b>Итого за завтрак</b>		<b>730/7</b>	<b>18,21</b>	<b>13,23</b>		<b>137,26</b>		
<b>обед для ОВЗ 2 прием</b>								
суп из рыбных консервов	№87	250	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1	
рис отварной с котлетой	№ 224	150\100	0,81	0,16	6,62	31,26	14,05	
яблоки		100						
Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71		
чай с молоком		100	1	0,05	27,5	110	0,32	
<b>Итого за обед</b>		<b>480</b>	<b>12,41</b>	<b>8,61</b>	<b>62,42</b>	<b>379,56</b>	<b>23,47</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1410/7</b>	<b>30,62</b>	<b>21,84</b>	<b>62,42</b>	<b>516,82</b>	<b>23,47</b>	

платники							
	пряники						
	макароны с сыром	№206	250	2,1	6,48	41,52	269
	хлеб пшеничный	№72.02	30	2,5	0,09	5,69	30,54
	чай сладкий		200	0,1	0,03	9,9	35
	<b>Итого за день</b>		<b>480</b>	<b>4,7</b>	<b>6,6</b>	<b>57,11</b>	<b>334,54</b>