

05.10.2021

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			
2 день 1 неделя	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	суп молочный с венишелью	№ 187	250			22	143.5	
	бутерброт с маслом	№1	30\5			14	71	
	витаминизированный кисель ви	№268	150	0.00	0.00	17.86	72.20	15.28
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№260	40	7,8	8,6	52,6	318	0,04
	груши		100	0,6	0,2	8,4	38,4	4
	Итого за завтрак		660/5	16,2	16,83	115,5	679,4	4,52
	обед для ОВЗ 2 прием							
	борщ с капустой и картофелем	№170	250	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1
	макароны отварные	№ 309	180	1,6	3,6	5,7	62	3
	котлеты	№98	100	16.91	15.88	16.97	278.39	0.31
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	сок фруктовый	№278	150	0.45	0.15	22.00	91.00	19.50
	Итого за обед		580	22,9	19,45	80	592,3	13,01
	Итого за день		1040/5	39,1	36,28	195,5	1271,7	17,53
	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			
2 день 1 неделя	завтрак для детей из МН и ОВЗ 1 прием							
	суп молочный с вермишелью	№187	250	5	7	25	185	1,19
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	бүтерброт с маслом	№1	30\5	0,1	0,03	9,9	35	
	витаминизированный кисель	№15.3	200	0.00	0.00	23.50	95.00	20.окт
	груши		100	0,6	0,2	8,4	38,4	4
	Итого за завтрак		730/7	7,7	7,23	57,3	329,4	44494,19
	обед для ОВЗ 2 прием							
	борщ с капустой и картофелем	№87	250	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1
	макароны отварные	№ 309	180	1,6	3,6	5,7	62	3
	котлеты	№ 98	100	9,7	7,4	18,5	182	0,59
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	сок фруктовый	№278	200	1	0,05	27,5	110	0,32
	Итого за обед		760	22,9	19,45	80	592,3	13,01
	Итого за день		1410/7	30,6	26,68	137,3	921,7	44507,2

платники	котлеты	№98	100					
	макаронь отварные	№309	180	1,6	1,5	11,6	68	4,2
	хлеб пшеничный	№72.02	30	2,5				
	чай с сахаром		200	0.1	0.03	9.9	35	0
	Итого за день		510	4.2	1.53	21.5	103	4.2