



Утверждаю:
директор МБОУ СОШ

И.М.Габбасов

05.10.2021

МЕНЮ

Возраст		от 7 до 11 лет					Витамин с,мг	
наименование блюд	порц. (г)	масса	Пищевая ценность			Эн. ценность		
		белки	жиры	углеводы				
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием								
суп молочный с вермишелью	№187	250			22	143,5		
бутербrot 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	порц. (г)	масса	Пищевая ценность			Эн. ценность		
		белки	жиры	углеводы				
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		
бутербrot 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				
	макароны отварные	№309	180	1,6	1,5	11,6	68
	хлеб пшеничный	№72.02	30	2,5			
	чай с сахаром		200	0,1	0,03	9,9	35
	Итого за день		510	4,2	1,53	21,5	103