

18.10.2021

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			
1 день 1 недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	макароны отварные	№187	150			29	143,5	
	тефтели в томатном соусе	№277	100		3	14	36	
	какао с молоком	№272	150	0,33	0,7	24,69	96,45	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№260	40	7,8	8,6	52,6	318	0,04
	груши		100					
	обед для ОВЗ 2 прием							
	суп с вермишелью	№61	250	13	9	14		
	рис отварной	№249	150	1,6	3,6	5,7	62	3
	котлеты	№98	100					
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	яблоки		100					
	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				
День 1 неделя	завтрак для детей из МН и ОВЗ 1 прием							
	макароны отварные	№187	180			29	143,5	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	тефтели в томатном соусе	№277	100		3	14	36	
	какао с молоком	№272	200		5	17	96,45	
	груши		100					
	обед для ОВЗ 2 прием							
	суп с вермишелью	№96	250	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1
	рис отварной	№249	150			5,7	62	
	котлеты	№98	100					
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	яблоки		100	1	0,05	27,5	110	0,32
	Итого за обед		630	11,6	8,45	61,5	410,3	9,42
	Итого за день		1410/7	11,6	8,45	61,5	410,3	9,42

Платники							
	суп с курицы вермишелью	№61	150	1,84	0,19	6,5	34,92
	хлеб пшеничный	75.05					
	чай с сахаром	№289	200	0,02		9,9	35
	Итого за день					69,92	0