

19.10.2021

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 2 неделя	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием						
	яблоки	100					
	плов из курицы	180		3	14	36	
	кисель Витоша №268	150	0,33	0,7	24,69	96,45	
	Хлеб пшеничный (ржаной) №260	40	7,8	8,6	52,6	318	0,04
	бутерброд с маслом №1 50\10		3,88	7,65	24,73	183,6	
	обед для ОВЗ 2 прием						
	рассольник ленинградский №	200	13	9	14		
	рис отварной №135	150	1,6	3,6	5,7	62	3
	котлеты №98	100					
	Хлеб пшеничный (ржаной) № 75,02	30	2		14	71	
	гуши	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				
2 день 2 недели	завтрак для детей из МН и ОВЗ 1 прием							
	плов из курицы	№304	205			29	143,5	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	яблоки		100		3	14	36	
	кисель Витоша	№268	200		5	17	96,45	
	бутерброд с маслом	№1	50\20	3,96	14,9	24,86	249,7	
			730/7	5,96	22,9		596,65	
	обед для ОВЗ 2 прием							
	рассольник ленинградски	№96	250	8,6	8,4	14,3	167,3	9,1
	рис отварной	№135	150	1,6	3,6	5,7	62	
	котлеты	№98	100					
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	груши		100	1	0,05	27,5	110	0,32
	Итого за обед		630	13,2	12,05	61,5	410,3	9,42
	Итого за день		1410/7	19,16	34,95	61,5	1006,95	9,42

платники							
	салат витаминный №309	100	1,84	0,19	6,5	34,92	
	гречка тушеная с овощами						
	кисель №289	200	0,02		9,9	35	0
	Итого за день					69,92	0