

25.10.2021.

Утверждаю:

директор МБОУ СОШ

И.М. Габбасов



МЕНЮ

Возраст

от 7 до 11 лет

Возраст		от 7 до 12 лет							
наименование блюд		№ рецептуры	масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность ккал.	Витамин С,мг	
				белки	жиры	углеводы			
завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 приём									
Первый день первой недели	1	Макароны отварные с маслом	203	150/10	11,56	14,11	21,08	257,8	3
	2	Котлеты	206,25	60/40	8,76	12,21	8,85	247	02.январь
	3	Чай с молоком	43	150	1	2	12	70	0,65
	5	Хлеб ржаной	421,11	40	3,2	0,4	18,4	71	
	6	Хлеб пшеничный	420,02	40	3,2	0,4	22	78	
	7	Шоколад	125	150	0,6	0,2	8,4	38,4	4
	8		26	100	1,2	3,6	13,2	86	2,65
	Итого за завтрак			920/40					
	обед для ОВЗ 2-ой приём								
	1	Суп из рыбных консервов	175,11	250	8,6	3,97	18,61	126,54	2,08
2	Макароны отварные с маслом	203	200	11,56	14,11	21,08	257,8	3	
	биточки	№98	100	8,76	12,21	8,85	274	2,08	
3	Чай с молоком	43	из све	01.январь	02.январь	12.январь	70	0,65	
4	Хлеб ржаной	421,11	40	3,2	0,4	18,4			
5	Хлеб пшеничный	421,02	40	3,2	0,4	22	70		
6	Яблоко	125	150	0,06	0,2	8,4	38,4	16,2	
7						23,5	109	16,2	
Итого за обед									
Итого за день		1388,24	790/40	36,32	33,09	100,94	217,4	0	
		1388,24	1210	36,32	33,09	100,94	217,4		
от 11 лет и старше									
Возраст		наименование блюд	масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность ккал.	Витамин С,мг	
				белки	жиры	углеводы			
Первый день первой недели	1		203	200	11,56	14,11	21,08	257,8	3
	2	Котлеты	№98	100	8,76	12,21	8,85	160	0,15
	3	Макароны отварные с маслом	203	200/5	1	2	12	70	0,65
	4	Шоколад Алёнка	125	60	0,06	0,2	8,4	38,4	16,2
	5	Хлеб ржаной	420,02	40	0,6	0,2	8,4	78	4
	6	Хлеб пшеничный	421,11	40	3,2	0,4	18,4	71	
	7	Чай с молоком	26	100	1,2	3,6	13,2	86	2,65
	Итого за завтрак		1513,13	890			76,28	400,54	
	Платное питание								
	1	Каша Дружба	206	200	2,1	0,09	5,69	30,54	0,14
	2	Чай с сахаром	43	200	1	2	12	70	0,65
		Пряники	125	150	0,06	0,2	8,4	38,4	16,2
	3	Хлеб пшеничный	421,11	40	3,2	0,4	18,4	71	
	Итого за завтрак		421,02	590	3,2	0,4	22	70	