ОВЗ

Согласовано: Директор муниципального образовательного учреждений СОШ с. Ермекеево муниципального района Ермекеевский район Республики Башкортостан

_____ Ф. М. Чуракова

"31" 08 2020г.

Утверждаю:
ИП Х. А. Оганисян

_____ Х.А. Оганисян

"___" _____ 2020г.

Примерное 2-х недельное меню для организации питания детей в муниципальных общеобразовательных учреждениях СОШ с. Среднулово муниципального района Ермекеевский район Республики Башкортостан.

осенне-зимний период

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1,мкг	С,мкг	РЭ(А),мкг	ТЭ(Е),мкг	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
	Первая неделя - Пятница													
	Завтрак													
80,25	Рыба (филе), тушеная в томате овощами	60/30	43,61											
5,11	Рис припущенный	150	7,44											
285	Чай с лимоном и сахаром	200/7/10	2,43											
1,1	Хлеб пшеничный обгащенный (витаминный)	27	1,52											
			55											
	Обед													
53,09	Щи из свежей капусты с мясом, со сметаной	250/15/5	25,72											
302	Напиток из плодов шиповника	200	6,02											
1,1	Хлеб пшеничный обагащенный (витаминный)	34	1,94											
1,2	Хлеб ржаной	30	1,71											
476,01	Кисломолочный продукт витамин детский (кефир)	100	9,61											
			45											