

СОГЛАСОВАНО:

Директор МОБУ СОШ с. Дарьино
Шафиков А.А. Галенчуков

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «АРКАИМ»
Шафикова З.Г.

МЕНЮ

МОБУ СОШ с.Дарьино и филиалов - ООШ с.Троицкое и ООШ с.Кутушиево
22 января 2021 года

завтрак

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Вит.С | Энергети- ческая ценность |
|----------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|----|----|-------|---------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | Салат из капусты белокочанной | 60 | 2 | 6 | 6 | 34,65 | 87 |
| 2 | Плов из отварной говядины | 30/150 | 13 | 16 | 39 | 1,35 | 350 |
| 3 | Чай с молоком | 150/50 | 1 | 2 | 12 | 0,65 | 70 |
| 4 | Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный | 30 | 2 | | 14 | | 71 |
| | ИТОГО | | 18 | 24 | 71 | 36,65 | 578 |

Обед (для детей льготных категорий - ОВЗ)

| № п/п | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Вит. С | Энергетич- еская ценность |
|----------|---|-----------------|----------------------|----|----|--------|---------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | Салат из свеклы отварной | 60 | 1 | 3 | 5 | 5,7 | 51 |
| 2 | Суп-лапша домашняя на мясном бульоне | 200 | 16 | 10 | 12 | 1,77 | 200 |
| 3 | Рыба, тушеная в томате с овощами | 50/50 | 10 | 6 | 5 | 3,81 | 111 |
| 4 | Картофель отварной | 180 | 4 | 1 | 31 | 37,68 | 145 |
| 5 | Компот из плодов яблок витаминизированный (витамин С) | 200 | | | 16 | 20,2 | 67 |
| 6 | Хлеб ржаной обтирный обогащенный | 25 | 2 | | 10 | | 50 |
| 7 | Хлеб пшеничный обогащенный | 25 | 2 | | 12 | | 59 |
| | ИТОГО | | 35 | 20 | 91 | 69,16 | 683 |