

12.10.2021

Утверждено:
директор МБОУ СОШ

И.М.Габбасов

**МЕНЮ**

Возраст		от 7 до 11 лет					Витамин с,мг	
наименование блюд	порц. (г)	масса	Пищевая ценность			Эн. ценность		
		белки	жиры	углеводы				
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием								
каша рассыпчатая из гречневой	№302	150			22	143,5		
котлеты	№15	10		3	14	36		
чай с лимоном	№504	150			15		2,8	
Хлеб пшеничный (ржаной)	№260	40	7,8	8,6	52,6	318	0,04	
булочка сдобная		70						
обед для ОВЗ 2 прием								
рассольник ленинградский	№96	200\5	13	9	14			
пюре картофельное		180	1,6	3,6	5,7	62	3	
тефтели в томатном соусе		100						
Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71		
сок 0,2		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	порц. (г)	масса	Пищевая ценность			Эн. ценность		
		белки	жиры	углеводы				
завтрак для детей из МН и ОВЗ 1 прием								
каша гречневая рассыпч	№302	150		6	6,62	31,26	14,05	
Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71		
котлеты	№15	100	15	12,9		35	0,55	
чай с лимоном	№504	200	0,4	0,17	7,86	95,00		
булочка сдобная		70						
Итого за завтрак		730/7	17,4	19,07		137,26		
обед для ОВЗ 2 прием								
рассольник ленинградский	№96	250			22	143,3		
пюре картофельное		180		0,16	6,62	31,26	14,05	
тефтели в томатном соусе		100						
Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71		
сок 0,2		100	1	0,05	27,5	110	0,32	
Итого за обед		660	3	0,21	70,12	355,56	14,37	
Итого за день		1410/7	20,4	19,28	70,12	492,82	14,37	

платники							
	рассольник ленинградский	№96	250		6,48	41,52	269
	хлеб пшеничный	№72.02	30	2,5			
	чай сладкий		200	0,1	0,03	9,9	35
	Итого за день		480	2,6	6,51	51,42	304