

Меню на 14.9.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из свежей капусты с морковью	80	1,84	4,1	9,34	82,82
07Е019	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
3	Компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Итого	725	24,55	22,60	105,59	729,05

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из свежей капусты с морковью	80	1,84	4,1	9,34	82,82
07Е019	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
3	Компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Итого	725	24,55	22,60	105,59	729,05

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	сыр	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69
	Итого	515	15,57	22,44	71,65	554,26

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Салат из свежей капусты с морковью	80	1,84	4,1	9,34	82,82
3	Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91
	Биточки рыбные в томатном соусе	75/50	10,18	7,78	2,17	119,99
	Рис припущенный	200	5,05	8,75	51,94	308,50
	Хлеб рж.	40	3,2	0,4	18,4	88
	Компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Итого	820	34,20	30,67	128,67	927,45

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
07Е019	Салат из свежей капусты с морковью	80	1,84	4,1	9,34	82,82
07ДГ19	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
3	Биточки мясные в томатном соусе	60/30	9,97	11,9	8,87	182,53
	Компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,16