

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Э.А. Гайсина

Меню

" 12 " октября 2021 г.

День: вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак , 1-4 классы, ММС 1-4 классы, ОВЗ 1-4классы						
17,00	Салат из моркови	30	0,42	1,83	2,25	27,59
78,03	Омлет запеченный с сыром	120	14,97	16,15	1,97	214,08
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	50	4	0,5	27,5	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			22,65	21,69	46,41	475,95
Завтрак , ММС 5-11 классы, ОВЗ 5-11 классы, Родительская плата						
17,00	Салат из моркови	30	0,42	1,83	2,25	27,59
78,03	Омлет запеченный с сыром	150	18,71	20,19	2,46	267,60
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	50	4	0,5	27,5	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак			26,39	25,73	46,90	529,47
Обед, ОВЗ 1-4 класы						
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69
118,08	Рагу овощное с отварным мясом	160	12,96	15,24	12,02	237,8
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	25	2	0,25	13,75	65
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			25,46	22,88	102,19	716,45
Обед, ОВЗ 5-11 классы, Родительская плата						
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом и гренками	250/15	8,28	4,85	35,72	219,61
118,08	Рагу овощное с отварным мясом	180	14,58	17,15	14,42	267,5
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,09	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	25	2	0,25	13,75	65
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед			28,74	25,76	111,74	790,10

