

М Е Н Ю

18.04.2022

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

Приятного аппетита!

ШКОЛА №

ДЕНЬ

7

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
дети ОВЗ завтрак 1-4 кл	закуска	116	Витаминная горка (капуста квашеная)	30	7,73	48,6	0,78	2,7	5
	гор блюдо	272	Булгур с мясом и овощами (булгур, свинина, овощи)	200	68,49	294,16	13,39	15,88	33,52
	напиток	2	Чай с лимоном	200/10	5,92	60	0,3	0	15,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,86	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	500	86,00	585,28	19,39	19,86	85,8
дети ОВЗ обед 1-4 кл	закуска	127	Огурцы консервированные	20	2,92	2	0,13	0	0,33
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	200/5	18,54	104,9	3,27	3,54	12,8
	2 блюдо	273/33	Котлета из рыбы "Нежная"(минтай, морк, лук, яйцо), соус молочный с морковью и шпинатом	80/30	44,37	181	14,9	12,4	22,35
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый, овощи припущенные	130/30	25,61	240,83	4,2	8,8	26,45
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,66	23,3	0,3	1,8	5,6
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	17,85	91	0	0	24
	хлеб	57	Хлеб ржаной	30	2,12	91,26	2,46	0,64	16
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,93	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	775	120,00	825,55	27,72	27,82	123,53
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 7-11 лет:	1275	206,00	1403,83	47,11	47,68	209,33
дети ОВЗ завтрак 5-11 кл	закуска	116	Витаминная горка (капуста квашеная)	50	12,89	81	1,3	4,5	8,3
	гор блюдо	272	Булгур с мясом и овощами (булгур, свинина, овощи)	220	75,69	337	15	17,8	36,6
	напиток	2	Чай с лимоном	200/10	5,92	60	0,3	0	15,2
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	70	4,50	212,94	5,74	1,5	37,4
			ИТОГО:	550	99,00	690,94	22,34	23,8	97,5
дети ОВЗ обед 5-11 кл	закуска	127	Огурцы консервированные	30	4,37	3	0,2	0	0,5
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	22,78	128,5	4,05	4,4	16
	2 блюдо	273/33	Котлета из рыбы "Нежная"(минтай, морк, лук, яйцо), соус молочный с морковью и шпинатом	100/30	51,44	201,11	16,6	13,8	24,83
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый, овощи припущенные	140/40	30,44	289,01	5,04	10,57	31,75
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,66	23,3	0,3	1,8	5,6
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	17,85	91	0	0	24
	хлеб	57	Хлеб ржаной	50	3,53	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,93	91,26	2,46	0,64	16
			ИТОГО:	895	139,00	979,28	32,75	32,28	145,38
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 12 лет и старше:	1445	238,00	1670,22	55,09	56,08	242,88