

М Е Н Ю

14.10.2021

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ

4

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
ОВЗ завтрак 1-4 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,21	30	2,6	2,7	0
	гор блюдо	257	Перловка отварная	130	5,35	159,25	3,8	3,32	26,3
	гор блюдо	233	Овощи припущенные гарнир	15	5,28	13,6	0,5	0,7	1,24
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	7,18	158,7	4,1	3,3	15,63
	гор блюдо	603	Гуляш из филе курицы	40/40	36,78	100,5	8,14	10,08	3,9
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	14,99	70,5	0	0	17,64
	хлеб	53	Булка Сухолюбская Витаминизированная	25	1,21	104,28	2,46	0,64	21,04
			ИТОГО:	580	79,00	660	23,24	21,14	89,01
ОВЗ обед 1-4 кл	1 блюдо	84	Суп - пюре из картофеля	200	15,28	126,4	3,2	4,88	17,12
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	73,04	2,38	0,59	13,9
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,81	67	0,3	0	28,2
	гарнир	192	Капуста тушеная	150	18,81	104	3,2	3,5	13,27
	закуска	195	Морковь отварная	20	2,41	28,55	0,66	1,17	3,33
	2 блюдо	269	Гуляш из мяса говядины	40/40	58,76	146,2	9,4	14,4	3,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,68	173,8	4,1	1,07	35,07
	хлеб	53	Булка Сухолюбская Витаминизированная	50	2,36	139,04	3,28	0,86	28,06
			ИТОГО:	750	111,00	800,19	27,34	26,7	118,01
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ дети ОВЗ 7-11 лет:	1330	190,00	1460,19	50,58	47,84	207,02
ОВЗ завтрак 5-11 кл	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	7,18	158,7	4,1	3,3	15,63
	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,21	30	2,6	2,7	0
	гор блюдо	257	Перловка отварная	150	6,17	183,75	4,38	3,8	30,35
	гор блюдо	233	Овощи припущенные гарнир	20	7,04	20,4	0,75	1,05	1,86
	гор блюдо	603	Гуляш из филе курицы	50/50	45,97	156,33	12,66	15,68	6,07
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	14,99	70,5	0	0	17,64
	хлеб	53	Булка Сухолюбская Витаминизированная	50	2,44	173,8	4,1	1,07	34,3
			ИТОГО:	650	92,00	687,08	22,59	23,57	96,62
ОВЗ обед 5-11 кл	1 блюдо	84	Суп - пюре из картофеля	250	19,10	158	4	6,1	21,4
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	73,04	2,38	0,59	13,9
	закуска	195	Морковь отварная	20	2,41	34,26	0,79	1,4	4
	гарнир	192	Капуста тушеная	150	18,18	124,8	3,84	4,2	15,92
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,81	67	0,3	0	28,2
	2 блюдо	269	Гуляш из мяса говядины	50/50	73,45	162,44	10,44	16	3,56
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,68	104,28	2,46	0,64	21,04
	хлеб	53	Булка Сухолюбская Витаминизированная	40	1,85	139,04	3,28	0,86	28,06
			ИТОГО:	810	129,00	947,96	31,59	32,86	134,83
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ дети ОВЗ 12 лет и старше:	1460	221,00	1635,04	54,18	56,43	231,45