

МЕНЮ

20.01.2022

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

Приятного аппетита!

ШКОЛА №		ДЕНЬ 10							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	калор	Б	Ж	У
дети ОВЗ завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	16,07	70,5	0	0	17,64
	закуска	268	Брускетта с творогом, сыром, шпинатом	60	19,13	138,3	4,58	12,23	26,11
	гор блюдо	236/49	Каша молочн ассорти (рис, гречн крупа), масло слив	150/5	15,99	172,59	4,85	5,4	15,59
	напиток	пром	Коктейль молочный	200	33,32	142	5,2	5	12
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	30	1,49	91,26	2,46	0,64	16
ИТОГО:				595	86,00	614,68	17,09	23,27	87,34
дети ОВЗ обед 1-4 кл	закуска	195	Свекла отварная	50	8,09	32,2	0,76	1,17	4,24
	1 блюдо	101/77	Суп из бобовых, гренки	200/20	9,66	197,04	9,5	3,63	28,96
	2 блюдо	307/41	Котлеты (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничн), соус сметанный с томатом и луком	75/20	65,56	219,51	10,04	16,73	11,73
	гарнир	192	Капуста тушеная	150	24,87	200,13	3,2	5,5	5,27
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	8,61	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,72	91,26	2,46	0,64	16
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,49	91,26	2,46	0,64	16
ИТОГО:				775	120,00	933,4	28,62	28,41	107,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 7-11 лет:				1370	206,00	1548,05	45,71	51,68	194,54
дети ОВЗ завтрак 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	16,07	70,5	0	0	17,64
	закуска	268	Брускетта с творогом, сыром, шпинатом	60	19,13	138,3	4,58	12,23	26,11
	гор блюдо	236/49	Каша молочн ассорти (рис, гречн крупа), масло слив	250/10	28,49	174,7	6,45	6,16	20,78
	напиток	пром	Коктейль молочный	200	33,32	142	5,2	5	12
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	1,99	121,68	3,28	0,86	21,4
ИТОГО:				710	99,00	647,18	19,51	24,25	97,93
дети ОВЗ обед 5-11 кл	закуска	195	Свекла отварная	60	9,71	38,64	0,91	1,4	5,09
	1 блюдо	101/77	Суп из бобовых, гренки	250/20	11,68	228,04	11,28	4,39	32,73
	2 блюдо	307/41	Котлеты (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничн), соус сметанный с томатом и луком	90/30		243,9	11,16	18,6	13,04
	гарнир	192	Капуста тушеная	180	29,85	240,16	3,85	6,6	6,33
	напиток	28	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	8,61	102	0,2	0,1	25
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	30	1,72	91,26	2,46	0,64	16
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,49	91,26	2,46	0,64	16
ИТОГО:				890	139,00	1035,26	32,32	32,37	114,19
ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 12 лет и старше:				1600	238,00	1682,44	51,83	56,62	212,12