

М Е Н Ю

04.04.2022

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)	40	10,33	48,6	0,78	2,7	5
	гор блюдо	272	Булгур с мясом и овощами (булгур, свинина, овощи)	200	68,52	294,16	13,39	15,88	18,52
	напиток	1	Чай с сахаром	200	3,22	53	0,2	0	13,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	60	3,64	182,52	4,92	1,28	32,08
			ИТОГО:	500	86,00	578,28	19,29	19,86	84,3
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	19,15	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	90/30	47,27	181	14,9	12,4	22,35
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый, овощи припущенные	120/30	22,79	240,83	4,2	8,8	26,45
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,19	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	2,01	91,26	2,46	0,64	16
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,82	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	47,01	47,68	207,83
дети ОВЗ завтрак 5-11 кл	закуска	116	Витаминная горка (капуста квашеная)	60	15,49	81	1,3	4,5	8,3
	гор блюдо	272	Булгур с мясом и овощами (булгур, свинина, овощи)	220	75,38	327	15	17,8	36,6
	напиток	1	Чай с сахаром	200	3,22	53	0,2	0	13,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	70	4,24	212,94	5,74	1,5	37,4
			ИТОГО:	550	99,00	683,94	22,24	23,8	96
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	23,53	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	54,50	201,11	16,6	13,8	24,83
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый, овощи припущенные	140/40	27,40	289,01	5,04	10,57	31,75
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	6,19	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	3,34	152,1	4,1	1,07	26,7
	хлеб	53	Булка Сухоложская витаминизированная	30	1,82	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	1663,22	54,99	56,08	241,38