

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	---	-------------------

Завтрак

215	Жаркое по-домашнему (свин с морк) <i>картофель в к, свишина окорок (нарезка кубик), лук в к, морковь в к, масло подсолнечное, помидоры, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-17, Углеводы-21, Калорийность-295	
30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-1, Калорийность-31	
60,6	Хлеб пшеничный	Белки-5, Углеводы-50, Калорийность-143	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-1, Калорийность-50	

741,7 **Итого за Завтрак** Белки-19, Жиры-20, Углеводы-106, Калорийность-690 **81-82**

Обед

70	Салат "Бурячок" <i>свежая в к, яблоко, морковь (нарезка кубик), масло подсолнечное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-78	
200	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в к, крупа рисовая, морковь в к, лук в к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-92	
200	Жаркое по-домашнему (свин с морк) <i>картофель в к, свишина окорок (нарезка кубик), лук в к, морковь в к, масло подсолнечное, помидоры, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-16, Углеводы-21, Калорийность-286	
200	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	
34,11	Хлеб пшеничный	Белки-5, Углеводы-19, Калорийность-80	
40	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-72	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-1, Калорийность-50	

980,21 **Итого за Обед** Белки-24, Жиры-26, Углеводы-128, Калорийность-815 **113-39**

980,21 **Итого за день** Белки-43, Жиры-44, Углеводы-234, Калорийность-1504

Бухгалтер-калькулятор

Головина М.П.

Генеральный директор

Согласовано Директор

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ