

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
30	Бутерброд с маслом <i>батон нарезной, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-98	
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-15, Калорийность-176	
150	Рагу из овощей <i>картофель в к, капуста в к, морковь в к, лук в к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18, Калорийность-124	
203	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
<u>Завтрак2</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
721	Итого за 1-я смена	Белки-21, Жиры-20, Углеводы-104, Калорийность-651	78-30
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной <i>картофель в к, морковь в к, огурцы соленые, свекла в к, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-78	
250	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в к, крупа рисовая, морковь в к, лук в к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-122	
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с, лук в к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-176	
200	Рагу из овощей <i>картофель в к, капуста в к, морковь в к, лук в к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в с, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-165	
200	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-20, Калорийность-94	
42	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-76	
<u>Полдник</u>			
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 102	Итого за 2-я смена	Белки-25, Жиры-24, Углеводы-146, Калорийность-924	108-07

МП

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.Н.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор