

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброд с сыром <i>батон нарезной, сыр твердый, масло сливочное</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-5, Калорийность-118	
197	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2.5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23, Калорийность-167	
30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Кофейный напиток с молоком. <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-94	
29	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	Чай б/с		
752	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-21, Углеводы-131, Калорийность-722	81-82
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в к, морковь в к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, Калорийность-73	
200	Суп гороховый <i>картофель в к, крупа горох, лук в к, морковь в к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-71	
10	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-8, Калорийность-40	
100	Гуляш из свинины <i>свинина окорок (нарезка кубик), лук в к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-3, Калорийность-150	
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-35, Калорийность-185	
180	Компот из сушеных фруктов <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
26,3	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-47	
51	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	Чай б/с		
1 002,3	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-29, Углеводы-143, Калорийность-940	113-39
1 002,3	Итого за день	Белки-50, Жиры-50, Углеводы-274, Калорийность-1 662	

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

Согласовано
ДиректорДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720698827D7680DE13FC4C85359
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024