

Меню СОШ ОВЗ буф школа

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

Завтрак

215	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-24, Углеводы-49, Калорийность-477	
190	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-59	
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
49	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-24, Калорийность-115	

Завтрак2

30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

Итого за 1-я смена Белки-24, Жиры-27, Углеводы-163, Калорийность-1 001 **78-30**

734

Обед

60	Салат из свеклы с изюмом <i>свекла в к, изюм, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Калорийность-72	
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста в к, картофель в к, морковь в к, лук в к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	
210	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к, перец чёрный молотый, лавровый лист</i>	Белки-15, Жиры-23, Углеводы-48, Калорийность-466	
200	Компот из апельсинов <i>апельсин, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-182	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
36	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-65	

Полдник

30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай чёрный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	

Итого за 2-я смена Белки-25, Жиры-34, Углеводы-135, Калорийность-1 111 **108-07**

964

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00DA91720996827D7860DE13FC4C85359B
 Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
 Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024