

Меню СОШ ОВЗ

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

Завтрак

213 **Жаркое по-домашнему** Белки-12, Жиры-9, Углеводы-25, Калорийность-240

картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная

58 **Печенье Овсяное** Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141

198 **Чай фруктовый** Углеводы-7, Калорийность-30

сахар-песок, яблоко, чай черный лист

31 **Хлеб пшеничный.** Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73

Завтрак2

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

720 **Итого за 1-я смена** Белки-20, Жиры-14, Углеводы-100, Калорийность-612 **78-30**

Обед

75 **Салат из белокочанной** Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8, Калорийность-103

капусты с морковью

капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная

200 **Суп рыбный** Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95

картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная

210 **Жаркое по-домашнему** Белки-12, Жиры-9, Углеводы-25, Калорийность-237

картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная

200 **Компот из сушеных фруктов** Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99

(курага и изюм)

сахар-песок, изюм, курага

47 **Хлеб пшеничный.** Белки-4, Углеводы-23, Калорийность-111

52 **Хлеб ржано- пшеничный.** Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18, Калорийность-94

Полдник

20 **Сушки** Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

1 004 **Итого за 2-я смена** Белки-25, Жиры-19, Углеводы-138, Калорийность-867 **108-07**

Бухгалтер-
калькулятор



Головина М.И.

Генеральный
директор



Д.А. Затонский

Сог

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00DA91720996827D7680DE13FC4C85359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024