

# Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
210	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к, лавровый лист</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-267	
58	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
50	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>769</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-24, Углеводы-119, Калорийность-798	<b>81-82</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с яблоком.</b> <i>капуста в/к, яблоко зеленое (вин), масло подсолнечное, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-123	
250	<b>Рассольник ленинградский</b> <i>картофель в к, огурцы солёные, морковь в к, крупа перловая, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-113	
200	<b>Плов из свинины</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масло подсолнечное, лук в к, лавровый лист</i>	Белки-11, Жиры-14, Углеводы-18, Калорийность-255	
200	<b>Кисель из к/ц плодового или ягодного</b> <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124	
37,5	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-89	
50	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	
51	<b>Печенье сахарное</b>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-213	
200	<b>Чай б/с</b>		
<b>1 088,5</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-29, Углеводы-146, Калорийность-1 008	<b>113-39</b>
<b>1 088,5</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-51, Жиры-53, Углеводы-266, Калорийность-1 806	

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.Н.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МШ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720996827D7680DE13FC4C85359B  
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна  
Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024