10-ОВ

Утверждаю
Директор

Рацион: Школьное меню

Меню на 18.11.2022.

День
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1-4, ММС, ОВЗ завтрак						
80,62	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,2	0,4	22	104
283	Чай с сахаром	200		9,98		39,9
10,00						
Итого за Завтрак			17,17	14,72	73,11	491,58
Обед ОВЗ			20,37	17,92	77,61	555,58
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
53,39	Рассольник Ленингр.	250/60	1,55	4,11	7,18	72,63
131,80	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	22	104
Итого за обед			20,6	24,3	82,4	630,7
Обед 5-11						
	Тефтели из мяса птиц	90	8,00	6,00	47,00	208,00
	Каша гречневая	100		1,00	1,00	273,00
	Соус томатный	50			16,00	14,00
	Чай с сахаром	200			14	70,0
	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	85	2,0			71
Итого за Обед			10,00	7,00	78,00	636,00
Итого за день			51,01	49,19	238,00	1822,28