

70

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Утягулово

Ишемьяров Р.М.



МЕНЮ

на 10.09 2021 г

многодетных 1-4 классов **ОВЗ** завтрак.

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
7,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
7,64	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	250	11,56	14,11	21,08	257,88
11,08	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88
283	Чай с сахаром и лимоном	200			9,98	39,9
0,00	Печенье	35	3,2	3,2	4,5	62
20,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,2	0,4	22	104
за Завтрак			18,02	23,51	57,66	516,66

ОВЗ обед.

2,1	Салат из моркови	60	1,38	3,08	7,01	62,12
3,39	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/60	1,55	4,11	7,18	72,63
31,80	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
20,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
38	Яблоко	125	0,4	0,4	9,8	47
за Обед			22,5	24,7	98,8	710,9
за день			40,56	48,25	156,41	1227,52

Меню для обучающихся 5-11 классов

№	Наименование блюд		
1	Котлеты из птицы	130,18	50
2	Рис отварной	246	100
3	Соус томатный	14	50
4	Чай с сахаром	39,9	200
5	Хлеб	130	85
6			
7			