Утверждаю
Директор школы
МКОУ Шараповская СОШ

Меню

Пятница 2 неделя

1-4 кл (ОВЗ)

№ рецепт	Наименование блюда	Масса	Белки	Жир	Углевод.	Эн.ценность	сумма
54-25,1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	24-75
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	24-00
54-6гн-20	Чай с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	8-26
пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3-36
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	2-24
	Итого за завтрак	**570**	**14,8**	**11,62**	**75,66**	**447,6**	62-61
	Обед						
54-163-2020	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	8,94	6,7	112	3-02
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными издельям	250	6,5	3,5	23,1	149,5	3-00
54-11г-20	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,7	14-43
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	14,06	2,65	8,57	114,3	64-48
54-13хн	Напиток из шиповника	200	1	1	5	65	6-66
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6-72
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	3-36
	Итого за обед	**940**	**35,4**	**25,29**	**121,27**	**851,2**	101,67
	Итого за день	**1510**	**49**	**35,7**	**203**	**1287,7**	164-28

Меню

5-9 кл (ОВЗ)

№ рецепт	Наименование блюда	Масса	Белки	Жир	Углевод.	Эн.ценность	сумма
54-25,1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	24-75
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	24-00
54-6гн-20	Чай с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	8-26
пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3-36
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	2-24
	Итого за завтрак	**570**	**14,8**	**11,62**	**75,66**	**447,6**	62-61
	Обед						
54-163-2020	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	8,94	6,7	112	3-02
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными издельям	250	6,5	3,5	23,1	149,5	3-00
54-11г-20	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,7	14-43
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	14,06	2,65	8,57	114,3	64-48
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	1	1	5	65	6-66
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6-72
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	3-36
	Итого за обед	**940**	**34,36**	**24,1**	**127,7**	**851,2**	101-67
	Итого за день	**1510**	**49**	**35,7**	**203**	**1287,7**	164-28

Повар _____ Работа З.Н.

Кладовщик _____ Измайлова Л.Н.