Утверждаю
Директор Индерской СОШ
МКОУ Индерская СОШ

Меню

Вторник 1 неделя

На 1-4 кл (ОВЗ)

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	углев	Эн.ценн, Ккал	сумма
	завтрак						
54-1з-2020	**Сыр твердых сортов в нарезке**	30	7,0	4,4	0	107,4	50-81
54-24к-	Каша жидкая молочная пшенная	200	8	10	38	275	19-26
Пром,	Яблоко	150	0,6	3,5	12,5	66,6	30-00
54-21гн-	Какао с молоком	200	5	4	12	100	22-16
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3-36
Пром.	Ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	2-24
	Итого за завтрак	**600**	**15,7**	**11,9**	**74,5**	**644,7**	127-83
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	-
54-7с-2020	Суп картофельный с макарон.издель	250	6,5	3,5	23,1	149,5	2-01
№ 171	Рыба, тушеная в сметанном соусе	140	15,42	13,47	5,61	205,,32	50-30
№ 239	Картофель отварной	200	4,18	9,38	36,28	243,28	11-00
54-ХН-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3	9-87
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	**920**	**49,22**	**17,11**	**107,63**	**802,45**	83-26
	Итого за день	**1420**	**64,92**	**29,01**	**182,13**	**1271,55**	211-09

На 5-9 кл (ОВЗ)

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	углев	Эн.ценн, Ккал	сумма
	завтрак						
54-1з-2020	**Сыр твердых сортов в нарезке**	30	7,0	4,4	0	107,4	50-81
№ 109	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,04	7,27	25,49	207,38	19-26
Пром,	Яблоко	150	0,6	3,5	12,5	66,6	30-00
№ 269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	22-16
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3-36
Пром.	Ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	2-24
	Итого за завтрак	**630**	**15,7**	**11,9**	**74,5**	**644,7**	127-83
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	100	0,5	0,1	1,5	8,5	-
54-7с-2020	Суп картофельный с макарон.издель	250	6,5	3,5	23,1	149,5	2-01
№ 171	Рыба, тушеная в сметанном соусе	140	15,42	13,47	5,61	205,,32	50-30
№ 239	Картофель отварной	200	4,18	9,38	36,28	243,28	11-00
54-ХН-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3	9-87
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	**980**	**49,22**	**17,11**	**107,63**	**802,45**	83-26
	Итого за день	**1610**	**64,92**	**29,01**	**182,13**	**1271,55**	211-09

Пповар _____ **Работа З.Н.**

Кладовщик _____ **Измайлова Л.Н.**