Утверждаю
Директор школы
Мкоусош Индерская СОШ
Ес

МЕНЮ

Среда 2 неделя

1-4 кл(ОВЗ)

№ рецепт	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	углеводы	Знер це	сумма
	Завтрак						
№ 376	Бутерброд с сыром	20/5/20	6,62	9,48	10,06	152	40-69
№ 115	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	6,67	39,54	246	28-79
№ 269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	26-46
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	3	3-36
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	2-24
	Итого за завтрак	**505**	**21,19**	**20,48**	**98,25**	**662,14**	101,54
	Обед						
54-13 з	Салат из белокочанной капустыс морковью	100	0,99	6,05	5,75	81,5	2-37
54-2с2020	Борщ с капустой со сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8	10-50
54-1г-2020	Макароны отварные	200	7,1	6,5	43,7	262,4	15-73
54-7м-2020	Шницель из говядины	100	18,3	17,3	16,4	295,2	69-56
54-32х2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	9-66
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29,6	140,6	6-72
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	1	51,2	3-36
	Итого за обед	**905**	**32,49**	**33,65**	**113,85**	**890,3**	117-90
	Итого за день	**1410**	**53,68**	**54**	**212**	**1552**	219-44

Меню

5-9 кл(ОВЗ)

№ рецепт	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	углеводы	Знер це	сумма
	Завтрак						
№ 115	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	6,67	39,54	246	28-79
№ 269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	26-46
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	3	3-36
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	2-24
	Итого за завтрак	**505**	**21,19**	**20,48**	**98,25**	**662,14**	101-54
	Обед						
54-13 з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,99	6,05	5,75	81,5	2-73
54-2с2020	Борщ с капустой со сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8	10-50
54-1г-2020	Макароны отварные	200	7,1	6,5	43,7	262,4	15-73
54-7м-2020	Шницель из говядины	100	18,3	17,3	16,4	295,2	69-56
54-32х2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	9-66
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29,6	140,6	6-72
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	1	51,2	3-36
	Итого за обед	**905**	**32,49**	**33,65**	**113,85**	**890,3**	117-90
	Итого за день	**1410**	**53,68**	**54**	**212**	**1552**	219-44

Повар _____ Работа З.Н.

Кладовщик _____ Измайлова Л.Н.