

Директор школы

Утверждаю

Квачева Г.И.

2021 г

**Ежедневное меню горячего питания
обучающихся с ОВЗ МОКУ «Партизанская СОШ»
с 11-14 мая 2021 г.
на 2020-2021 уч. год.**



Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углеводы	Калорийно сть, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
11 мая 2021г. (втнрик)					
Завтрак					
Каша рисовая молочная вязкая	200	7,76	10,0	43,52	296,0
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
Итого за завтрак:	460	19,72	17,86	58,12	529,8
Обед					
Салат из свеклы	100	1,43	6,08	8,37	93,90
Рассольник петербургский	250	2	5,11	16,93	121,75
Рыба тушеная в томатном соусе	100/30	18,03	10,21	8,49	195,00
гарнир: пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,54	164,70
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за обед:	880	28,95	27,82	83,72	764,25
Итого за день:	1340	48,67	45,68	141,84	1294,05
12 мая 2021г.(среда)					
Завтрак					
Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая	200	8,16	9,84	35,6	264,0
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Масло сливочное (порциями)	15	0,00	12,30	0,15	112,50
Итого за завтрак:	435	11,54	22,7	43,25	482,5
Обед					
Салат из огурцов	100	0,87	5,12	2,62	59,80
Суп картофельный с бобовыми на овощном бульоне	250	5,49	5,28	16,33	134,75
Плов из птицы	260	25,38	21,25	44,61	471,25
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	28,0	119,0
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за обед:	860	35,52	32,31	92,19	879,5
Итого за день:	1295	47,06	55,01	135,44	1362,0
13 мая 2021г.(четверг)					
Завтрак					
Каша ассорти «Дружба»	200	5,6	7,35	30,79	219,45
Чай с лимоном	200	3,6	2,7	13,8	93,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
Итого за завтрак:	440	17,12	16,51	45,11	463,25
Обед					
Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	16,95	67,33
Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	4,91	12,53	102,50
Котлеты	100	14,3	11,55	15,7	228,75
гарнир: макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
соус красный основной	30	0,23	0,67	1,82	14,20
Какао с молоком	200	3,6	2,7	13,8	93,00
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за обед:	880	31,42	26,09	93,16	802,62
Итого за день:	1320	48,54	42,60	138,27	1265,87