



Утверждаю.

Квачева Г.И.

2021 г.



МЕНЮ

на 22 сентября 2021 г.

Обучающиеся с ОВЗ

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углев оды	Калорий ность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
Завтрак					
Омлет натуральный	200	17,74	26,0	3,06	317,34
Чай с лимоном	200	3,6	2,7	13,8	93,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Итого за завтрак:	420	24,62	29,26	17,38	488,34
Обед					
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,67	4,18	8,18	77,10
Суп картофельной с крупой на овощном бульоне	250	3,25	3	16,93	135,00
Сельдь слабосоленая	50	9,12	6,43	0	93,57
гарнир: пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,54	164,70
соус красный основной	30	0,23	0,67	1,82	14,20
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
Фрукты свежие (яблоки)	100	1,01	0,79	11,6	51,91
Итого за обед:	860	21,76	20,7	76,62	725,39
Итого за день:	1280	46,38	49,96	94,0	1213,73