



Утверждаю.
Директор школы
Квачева Г.И.
«18» 03.2022г.

МЕНЮ
на 18 марта 2022г.
обучающиеся ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценност ь	Витамины / Минеральные вещества												
			Белки	Жиры	Углевод ы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F
Завтрак																			
т/к № 182* № рецептуры 182*	Каша овсяная с молоком	200	7,82	12,83	34,27	285,0	152,76	60,66	0	1,71	0	1,17	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 47*** рецепт. 943***	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,0	6,0	0	0	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,28	0,26	39,0	6,6	0,015	0,0075	0,84	0,0045	3,45	8,05	0,018	0,065	4,95	0,0005	0,0005	0,0025
	Итого завтрак:	420	9,66	13,11	48,53	352,0	165,36	60,675	0,0075	2,95	0,0045	4,62	8,05	0,018	0,065	4,95	0,0005	0,0005	0,0025
Обед																			
№ рецептуры 53*	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,67	4,18	8,18	77,10	17,0	11,03	0	0,79	-	4,12	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 779 из Серия программ «Питание»	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	250	6,74	6,76	22,24	159,50	11,07	0	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,0466	0	0	0	0	-
т/к № 61 № рецептуры 370**	Азу	80	16,65	16,07	4,38	225,26	11,48	16,10	0	1,0	0	3,78	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 37, рецептура 679***	гарнир: каша пшеничная	180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02	0	0	0	0	0	0
№ 375*	Чай с сахаром и лимоном	200	0,04	0,00	10,12	41,26	4,95	2,8	-	0,49	0	2,05	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0	13,2	0,03	0,015	1,68	0,09	6,9	16,1	0,036	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005
(т/к № 879***	Хлеб ржаной	20	1,72	0,31	0,31	47,06	7,0	0,045	0,03	0,78	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	870	38,02	33,14	88,07	884,63	65,92	30,035	162,452	7,91	0,2727	29,562	47,52	0,052	0,53	20,4	0,0094	0,0009	0,205
	Итого за день:	1290	47,68	46,25	136,6	1236,63	231,28	90,71	162,459	10,86	0,2772	34,182	55,57	0,07	0,595	25,35	0,0099	0,0014	0,2075