

М Е Н Ю

15.09.2021

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

Приятного аппетита!

ШКОЛА №

ДЕНЬ

3

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | калор | Б | Ж | У | |
|--------------------------------|-----------------------------|----------|---|-------------------|--------|---------|--------|--------|--------|-------|
| дети ОВЗ завтрак 1-4 кл | закуска | 268 | Брускетта с творогом, шпинатом и помидором | 60 | 10,78 | 112 | 5,6 | 2,4 | 16,21 | |
| | закуска | 87 | Огурец свежий | 30 | 2,43 | 4,2 | 0,24 | 0 | 0,66 | |
| | напиток | 10 | Витаминизированное какао "Витошка" | 200 | 13,52 | 145 | 3,9 | 3,1 | 25,2 | |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 30 | 1,45 | 104,28 | 2,46 | 0,64 | 21,04 | |
| | хлеб | 58 | Хлеб ржаной с отрубями | 20 | 1,12 | 69,52 | 1,64 | 0,43 | 14,03 | |
| | гор блюдо | 246 | Омлет с картофелем запеченный | 150 | 24,74 | 298,57 | 14,86 | 17 | 2,7 | |
| | гор блюдо | 49 | Масло для поливки блюд | 10 | 7,47 | 58,2 | 0,1 | 6,4 | 0,12 | |
| | фрукты | 161 | Яблоки | 1 шт | 17,49 | 70,5 | 0 | 0 | 17,64 | |
| | | | | ИТОГО: | 640 | 79,00 | 564,97 | 27,16 | 29,54 | 77,11 |
| | дети ОВЗ обед 1-4 кл | 1 блюдо | 77 | Гренки | 20 | 1,52 | 73,04 | 2,38 | 0,59 | 13,9 |
| 1 блюдо | | 102 | Суп-пюре из тыквы | 250 | 27,70 | 80 | 2,1 | 4,1 | 8,11 | |
| сладкое | | 1 | Чай с сахаром | 200 | 2,00 | 53 | 0,2 | 0 | 13,7 | |
| сладкое | | пром | Конфета | 1 шт | 6,19 | 53,3 | 0,3 | 1,8 | 9,6 | |
| гарнир | | 214 | Рис отварной рассыпчатый | 130 | 8,23 | 189,8 | 3,12 | 5,2 | 31,89 | |
| гарнир | | 233 | Овощи припущенные гарнир | 30 | 10,57 | 20,4 | 0,75 | 1,05 | 1,86 | |
| закуска | | 195 | Свекла отварная* | 30 | 4,56 | 32,2 | 0,76 | 1,16 | 4,24 | |
| 2 блюдо | | 431 | Печень по-строгановски | 50/50 | 47,99 | 142,22 | 10,62 | 15,63 | 2,84 | |
| хлеб | | 58 | Хлеб ржаной с отрубями | 20 | 1,12 | 69,52 | 1,64 | 0,43 | 14,03 | |
| хлеб | | | Булка Сухоложская Витаминизированная | 23 | 1,12 | 69,52 | 1,64 | 0,43 | 14,03 | |
| | | | ИТОГО: | 823 | 111,00 | 823,15 | 26,3 | 27,35 | 126,7 | |
| | | | ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 7-11 лет: | 1463 | 190,00 | 1388,12 | 53,46 | 56,89 | 203,81 | |
| дети ОВЗ завтрак 5-11 кл | закуска | 268 | Брускетта с творогом, шпинатом и помидором | 60 | 10,78 | 112 | 5,6 | 2,4 | 16,21 | |
| | закуска | 87 | Огурец свежий | 60 | 4,87 | 8,4 | 0,48 | 0 | 1,32 | |
| | напиток | 10 | Витаминизированное какао "Витошка" | 200 | 13,52 | 145 | 3,9 | 3,1 | 25,2 | |
| | хлеб | 58 | Хлеб ржаной с отрубями | 50 | 2,80 | 173,8 | 4,1 | 1,07 | 34,3 | |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 43 | 2,08 | 139,04 | 3,28 | 0,86 | 28,06 | |
| | гор блюдо | 49 | Масло для поливки блюд | 10 | 7,47 | 58,2 | 0,1 | 6,4 | 0,12 | |
| | фрукты | 161 | Яблоки | 1 шт | 17,49 | 70,5 | 0 | 0 | 17,64 | |
| | гор блюдо | 246 | Омлет с картофелем запеченный | 200 | 32,99 | 398,09 | 19,81 | 22,67 | 3,6 | |
| | | | | ИТОГО: | 763 | 92,00 | 685,99 | 30,99 | 30,64 | 98,39 |
| | дети ОВЗ обед 5-11 кл | 1 блюдо | 102 | Суп-пюре из тыквы | 250 | 27,70 | 80 | 2,1 | 4,1 | 8,11 |
| 1 блюдо | | 77 | Гренки | 20 | 1,52 | 73,04 | 2,38 | 0,59 | 13,9 | |
| сладкое | | 1 | Чай с сахаром | 200 | 2,00 | 53 | 0,2 | 0 | 13,7 | |
| сладкое | | пром | Конфета | 1 шт | 6,19 | 53,3 | 0,3 | 1,8 | 9,6 | |
| гарнир | | 214 | Рис отварной рассыпчатый | 140 | 8,86 | 204,4 | 3,36 | 5,6 | 34,34 | |
| гарнир | | 233 | Овощи припущенные гарнир | 40 | 14,09 | 27,2 | 1 | 1,4 | 2,48 | |
| закуска | | 195 | Свекла отварная* | 50 | 7,59 | 38,54 | 0,912 | 1,392 | 5,09 | |
| 2 блюдо | | 431 | Печень по-строгановски | 60/60 | 57,59 | 170,66 | 12,74 | 18,76 | 27,41 | |
| хлеб | | 58 | Хлеб ржаной с отрубями | 20 | 1,12 | 69,52 | 1,64 | 0,43 | 14,03 | |
| хлеб | | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 50 | 2,34 | 173,8 | 4,1 | 1,07 | 34,3 | |
| | | | ИТОГО: | 910 | 129,00 | 950,38 | 31,564 | 32,388 | 133,66 | |
| | | | ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 12 лет и старше: | 1673 | 221,00 | 1636,37 | 62,554 | 63,028 | 232,05 | |

М Е Н Ю

15.09.2021

Приятного аппетита!

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

ШКОЛА №

ДЕНЬ

3

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | калор | Б | Ж | У |
|--------------------|-----------|----------|--|---------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| завтрак 1-4 кл | закуска | 268 | Брускетта с творогом, шпинатом и помидором | 60 | 10,78 | 112 | 5,6 | 2,4 | 16,21 |
| | закуска | 87 | Огурец свежий | 30 | 2,43 | 4,2 | 0,24 | 0 | 0,66 |
| | напиток | 10 | Витаминизированное какао "Витошка" | 200 | 13,52 | 145 | 3,9 | 3,1 | 25,2 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 30 | 1,45 | 104,28 | 2,46 | 0,64 | 21,04 |
| | хлеб | 58 | Хлеб ржаной с отрубями | 20 | 1,12 | 69,52 | 1,64 | 0,43 | 14,03 |
| | гор блюдо | 246 | Омлет с картофелем запеченный | 150 | 24,74 | 298,57 | 14,86 | 17 | 2,7 |
| | гор блюдо | 49 | Масло для поливки блюд | 10 | 7,47 | 58,2 | 0,1 | 6,4 | 0,12 |
| | фрукты | 161 | Яблоки | 1 шт | 17,49 | 70,5 | 0 | 0 | 17,64 |
| | | | | ИТОГО: | 640 | 79,00 | 564,97 | 27,16 | 29,54 |
| завтрак 5-11 кл | закуска | 268 | Брускетта с творогом, шпинатом и помидором | 60 | 10,78 | 112 | 5,6 | 2,4 | 16,21 |
| | закуска | 87 | Огурец свежий | 60 | 4,87 | 8,4 | 0,48 | 0 | 1,32 |
| | напиток | 10 | Витаминизированное какао "Витошка" | 200 | 13,52 | 145 | 3,9 | 3,1 | 25,2 |
| | хлеб | 58 | Хлеб ржаной с отрубями | 50 | 2,80 | 173,8 | 4,1 | 1,07 | 34,3 |
| | хлеб | 53 | Булка Сухоложская Витаминизированная | 43 | 2,08 | 139,04 | 3,28 | 0,86 | 28,06 |
| | гор блюдо | 49 | Масло для поливки блюд | 10 | 7,47 | 58,2 | 0,1 | 6,4 | 0,12 |
| | фрукты | 161 | Яблоки | 1 шт | 17,49 | 70,5 | 0 | 0 | 17,64 |
| | гор блюдо | 246 | Омлет с картофелем запеченный | 200 | 32,99 | 398,09 | 19,81 | 22,67 | 3,6 |
| | | | | ИТОГО: | 763 | 92,00 | 685,99 | 30,99 | 30,64 |