

М Е Н Ю

02.09.2021

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА № 11

ДЕНЬ

4

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Б	Ж	У	калор
ОВЗ завтрак 1-4 кл	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,21	2,6	2,7	0	30
	гор блюдо	257	Перловка отварная	130	5,35	3,8	3,32	26,3	159,25
	гор блюдо	233	Овощи припущенные гарнир	15	5,28	0,5	0,7	1,24	13,6
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком 1	200	7,18	4,1	3,3	15,63	158,7
	гор блюдо	603	Гуляш из филе курицы*	40/40	36,78	8,14	10,08	3,9	100,5
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	14,99	0	0	17,64	70,5
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	25	1,21	2,46	0,64	21,04	104,28
			ИТОГО:	640	79,00	23,24	21,14	89,01	660
ОВЗ обед 1-4 кл	1 блюдо	84	Суп - пюре из картофеля*	200	15,28	3,2	4,88	17,12	126,4
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	2,38	0,59	13,9	73,04
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,81	0,3	0	28,2	67
	гарнир	192	Капуста тушеная	150	17,51	3,2	3,5	13,27	104
	закуска	195	Морковь отварная*	20	2,41	0,66	1,17	3,33	28,55
	2 блюдо	269	Гуляш из мяса говядины*	40/40	58,76	9,4	14,4	3,2	146,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	50	2,80	4,1	1,07	35,07	173,8
хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	1,91	3,28	0,86	28,06	139,04	
			ИТОГО:	760	111,00	27,34	26,7	118,01	800,19
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ дети ОВЗ 7-11 лет:	1400	190,00	50,58	47,84	207,02	1460,19
ОВЗ завтрак 5-11 кл	напиток	16	Кофейный напиток с молоком 1	200	7,18	4,1	3,3	15,63	158,7
	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,21	2,6	2,7	0	30
	гор блюдо	257	Перловка отварная	150	6,17	4,38	3,8	30,35	183,75
	гор блюдо	233	Овощи припущенные гарнир	20	7,04	0,75	1,05	1,86	20,4
	гор блюдо	603	Гуляш из филе курицы*	50/50	45,97	12,66	15,68	6,07	156,33
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	14,99	0	0	17,64	70,5
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,44	4,1	1,07	34,3	173,8
			ИТОГО:	710	92,00	22,59	23,57	96,62	687,08
ОВЗ обед 5-11 кл	1 блюдо	84	Суп - пюре из картофеля*	250	19,10	4	6,1	21,4	158
	1 блюдо	77	Гренки	20	1,52	2,38	0,59	13,9	73,04
	закуска	195	Морковь отварная*	20	2,41	0,79	1,4	4	34,26
	гарнир	192	Капуста тушеная	150	17,51	3,84	4,2	15,92	124,8
	напиток	15	Кисель витаминизированный "Амилорос"	200	10,81	0,3	0	28,2	67
	2 блюдо	269	Гуляш из мяса говядины*	50/50	73,45	10,44	16	3,56	162,44
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	40	2,24	3,28	0,86	28,06	139,04
хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	1,96	3,28	0,86	28,06	139,04	
			ИТОГО:	820	129,00	31,59	32,86	134,83	947,96
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ дети ОВЗ 12 лет и старше:	1530	221,00	54,18	56,43	231,45	1635,04

