

Утверждаю  
И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное  
Л.Ю.Сергеева



Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Дата 03.04.2024

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

| Приём пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                      | Выход, г | Цена          | Калорийность | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|------------|-------------|--------|----------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|            | Гор. блюдо  | 17     | Суп молочный с вермишелью. | 250      | 22,98         | 143,5        | 6,4          | 5,3          | 22            |
|            | Гор.напиток | 44     | Чай.                       | 200      | 1,91          | 56,85        | 0,08         | 0,01         | 10,69         |
|            | Хлеб        | 69     | Хлеб пшеничный.            | 30       | 2,15          | 66,0         | 2,28         | 0,63         | 12,78         |
|            | Гор. блюдо  | 13     | Суп рисовый с курицей.     | 250      | 22,50         | 62,5         | 3,68         | 1,98         | 7,42          |
|            |             | 28     | Овощное рагу с мясом.      | 250      | 57,30         | 302,5        | 14,05        | 16,7         | 26,58         |
|            |             | 44     | Чай.                       | 200      | 7,16          | 56,85        | 0,08         | 0,01         | 10,69         |
|            |             | 86     | Яблоко                     | 100      | 16,00         | 47,0         | 0,4          | 0,4          | 9,8           |
|            | Гор.напиток | 69     | Хлеб пшеничный.            | 30       | 2,15          | 66,0         | 2,28         | 0,63         | 12,78         |
|            | Фрукт       | 74     | Сыр (порциями).            | 15       | 9,64          | 54,60        | 3,48         | 4,43         | 0,00          |
|            | ИТОГО       |        |                            |          | <b>141,79</b> | <b>855,8</b> | <b>32,73</b> | <b>30,09</b> | <b>112,74</b> |

| Приём пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                 | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки        | Жиры        | Углеводы     |
|------------|-------------|--------|-----------------------|----------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
|            | Гор. блюдо  | 28     | Овощное рагу с мясом. | 250      | 57,30        | 302,5        | 14,05        | 16,7        | 26,58        |
|            | Гор.напиток | 44     | Чай.                  | 200      | 7,16         | 56,85        | 0,08         | 0,01        | 10,69        |
|            | Хлеб        | 69     | Хлеб пшеничный.       | 30       | 2,15         | 66,0         | 2,28         | 0,63        | 12,78        |
|            | Фрукт       | 74     | Сыр (порциями).       | 15       | 9,64         | 54,60        | 3,48         | 4,43        | 0,00         |
|            | ИТОГО       |        |                       |          | <b>78,18</b> | <b>21,27</b> | <b>22,19</b> | <b>7,81</b> | <b>28,18</b> |