

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



День 14.12.2023

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---|----------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
| | Гор. блюдо | 19 | Каша вязкая молочная с маслом рисовая. | 210 | 25,66 | 197,00 | 3,09 | 4,07 | 36,98 |
| | Гор.напиток | 41 | Какао с молоком. | 200 | 11,72 | 80,0 | 3,0 | 3,6 | 13,7 |
| | Хлеб | 69 | Хлеб пшеничный. | 30 | 1,95 | 66,0 | 2,28 | 0,53 | 12,78 |
| | Гор. блюдо | 9 | Суп с вермишелью с курицей. | 250 | 36,34 | 114,18 | 6,05 | 7,98 | 10,92 |
| | | 60 | Салат каргофельный с огурцами солеными. | 100 | 11,31 | 98,77 | 1,72 | 5,27 | 10,9 |
| | Гор.напиток | 23 | Каша гречневая рассыпчатая. | 180 | 11,31 | 247,29 | 4,32 | 5,52 | 45,24 |
| | Фрукт | 88 | Ёжики по домашнему (полуфабрикат). | 100 | 38,20 | 127,06 | 9,32 | 6,79 | 9,02 |
| | Хлеб | 66 | Соус красный основной. | 30 | 6,13 | 47,34 | 0,77 | 2,24 | 6,09 |
| | | 44 | Чай. | 200 | 1,76 | 56,85 | 0,08 | 0,01 | 10,69 |
| | | 69 | Хлеб пшеничный. | 30 | 1,95 | 66,0 | 2,28 | 0,53 | 12,78 |
| | ИТОГО | | | | 146,33 | 1100,49 | 32,91 | 36,74 | 169,1 |