

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



День 29.11.2023

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 гречневая.	210	23,56	203,00	6,21	5,28	32,79	
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	11,62	80,0	3,0	3,6	13,7	
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78	
	Гор. блюдо	7	Рассольник Ленинградский с мясом.	250	37,22	181,25	5,1	8,95	26,16	
		61	Салат из свеклы с чесноком.	100	7,90	126,18	1,35	10,1	7,18	
		20 (1)	Рис припущенный.	180	11,85	245,88	4,3	4,9	45,67	
		38	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами.	100	26,06	128,0	10,6	5,4	5,6	
	Гор.напиток	44	Чай.	200	1,83	56,85	0,08	0,01	10,69	
	Фрукт	87	Груша	100	19,00	47,0	0,3	0,4	0,3	
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78	
		ИТОГО				142,94	1200,16	35,5	39,9	167,65