

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

И.О. Директора МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева
 Утверждаю
 День 13.09.2023

Приём пищи	Раздел	№ ред.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Гор. блюдо	Гор. напиток	19	Каша вязкая молочная с маслом гречневая.	210	23,57	203,00	6,21	5,28	32,79
		41	Какао с молоком.	200	11,77	80,0	3,0	3,6	13,7
		69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		7	Рассольник Ленинградский с мясом.	250	37,24	181,25	5,1	8,95	26,16
Гор. блюдо	Гор. напиток	61	Салат из свеклы с чесноком.	100	7,90	126,18	1,35	10,1	7,18
		20 (1)	Рис припущенный.	180	10,35	245,88	4,3	4,9	45,67
Гор. напиток	Фрукт	38	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами.	100	25,07	128,0	10,6	5,4	5,6
		44	Чай.	200	2,02	56,85	0,08	0,01	10,69
		87	Груша	100	22,00	47,0	0,3	0,4	0,3
Хлеб	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
		ИТОГО					1200,16	35,5	39,9