



Утверждаю  
и. о. Директора МБОУ СОШ с. Зеркальное  
Т. В. Осадчая

День 19.10.2022

Школа МБОУ СОШ с. Зеркальное

Ежедневное меню для учащихся ОВЗ

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Гор. напиток	Гор. напиток	19	Каша вязкая молочная с маслом гречневая.	210	24,68	203,00	6,21	5,28	32,79
		41	Какао с молоком.	200	10,84	80,0	3,0	3,6	13,7
		69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
Гор. блюдо	Гор. блюдо	7	Рассольник Ленинградский с мясом.	250	30,16	181,25	5,1	8,95	26,16
		61	Салат из свеклы с чесноком.	100	7,30	126,18	1,35	10,1	7,18
Фрукт	Фрукт	20 (1)	Рис припущенный.	180	11,31	245,88	4,3	4,9	45,67
		38	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами.	100	26,92	128,0	10,6	5,4	5,6
Хлеб	Хлеб	44	Чай.	200	1,92	56,85	0,08	0,01	10,69
		87	Груша	100	22,00	47,0	0,3	0,4	0,3
ИТОГО	ИТОГО	69	Хлеб пшеничный.	30	1,95	66,0	2,28	0,63	12,78
					<b>139,03</b>	<b>1200,16</b>	<b>35,5</b>	<b>39,9</b>	<b>167,65</b>