МЕНЮ ОВЗ 5 - 11 класс (1 неделя) Осень-Зима

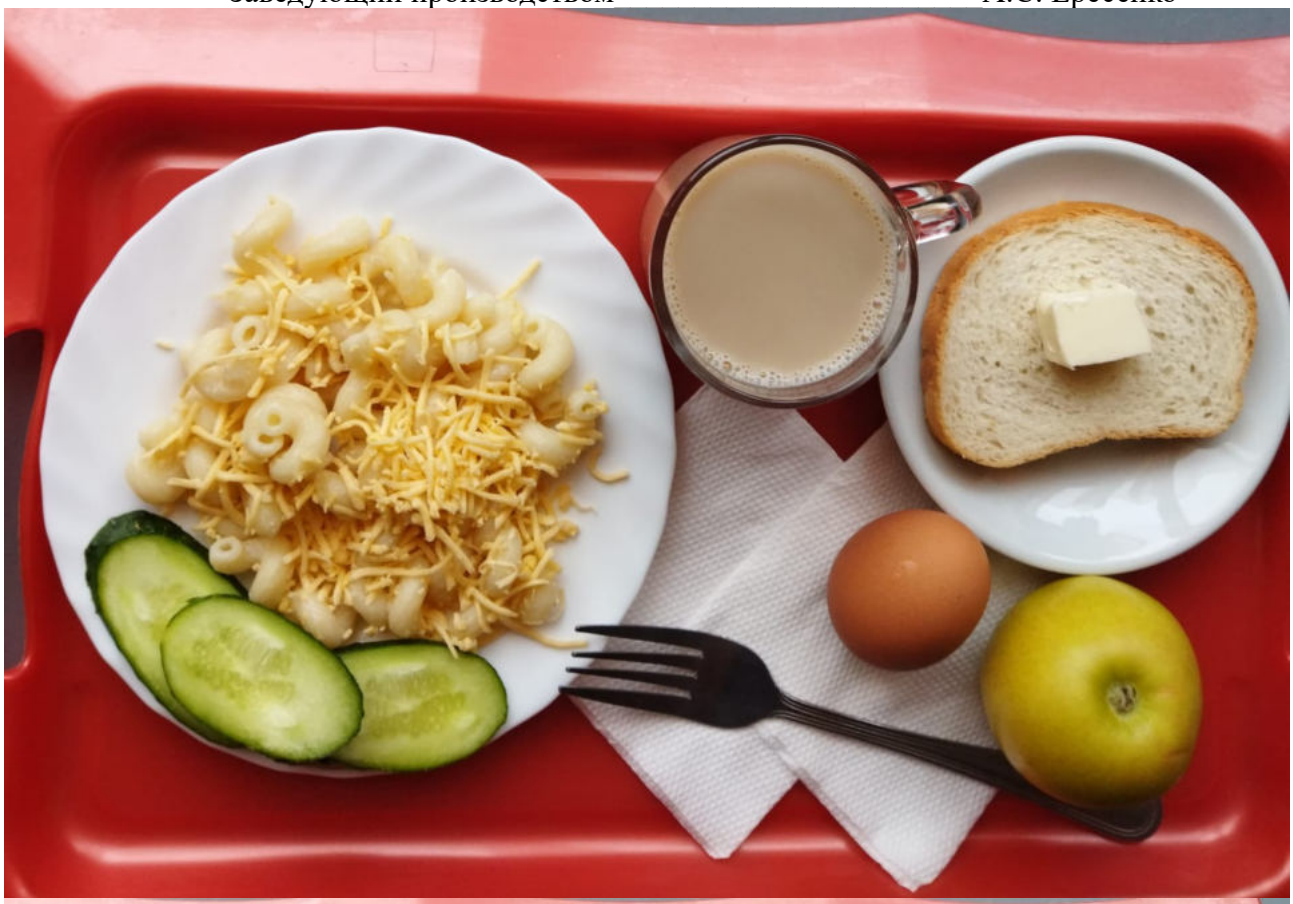
«ЗАВТРАК 1

24.10.2022

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Макароны отварные с сыром	150/20	8,9	13,0	39,1	304,5	18,78
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2	11,72
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	615	16,956	25,96	96,09	803,64	54,47

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/20/10	2,00	5,2	13,10	106,00	24,92
Пюре картофельное	150/10	2,2	5,8	18,9	134	15,23
Рыба (навага)тушеная с овощами	100	18,72	15,9	8,96	159,8	24,99
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,20	0	15,20	60	4,65
Хлеб йодированный	30	4,0	0,6	21,0	101	1,58
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
Итого	777	27,12	27,5	77,16	560,8	72,38

Итого за день
Завтраков 68,10 руб_____
Обедов 68,10 руб. _____

Заведующий производством А.С. Ересенко