



ЛЬГОТНОЕ МЕНЮ

ОВЗ 5-11 класс

02 май 2024

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Горошек зеленый	80	3,0	0,3	6	37	5,20
Каша гречневая рассыпчатая	200	11	9,3	47,9	318,5	14,16
Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	27,89
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Чай с лимоном, с сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	17,50
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
Итого	715	29,69	24,6	80,23	660,1	79,14

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углевод		
Горошек зеленый	80	3	0,3	6	37	5,20
Рассольник Ленинградский	250	5,93	7,8	17	161,7	17,54
Биточки мясные	90	16,4	16,3	14,6	271,6	28,11
Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	9,02
Компот из смеси сухофруктов с вит.С	200	0,5	0	19,8	81	5,43
Хлеб йодированный	30	1,264	0,16	7,728	42,56	2,16
Хлеб ржаной	20	0,448	0,088	3,952	18,39	1,38
Итого	870	34,642	32,048	112,78	881,55	68,84

Итого за день

Завтраков 71,75 руб _____

Обедов 71,75 руб. _____

Заведующий производством _____



ЛЬГОТНОЕ МЕНЮ

03 май 2024

ОВЗ 5-11 класс

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углевод ы		
Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	8,1	35,7	242,1	15,21
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,5	8,80
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	16,50
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	17,50
Итого	655	19,99	29,6	57,93	579,5	72,40

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,8	6,34
Суп картофельный с горохом	250	8,35	5,75	20,35	166,42	9,72
Жаркое по-домашнему	250	25,1	24,2	21,5	403,7	40,38
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Хлеб йодированный	30	1,264	0,16	7,728	42,56	2,16
Хлеб ржаной	20	0,448	0,088	3,952	18,39	1,38
Итого	830	36,562	33,798	66,33	719,77	64,86