

# Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

## Завтрак

220	<b>Рагу из птицы</b> картофель в/к, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с	Белки-11, Жиры-6, Углеводы-22, Калорийность-188	
50	<b>Пряник</b>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-61	
28	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-77	

## Завтрак2

200	<b>Чай с сахаром</b> сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	

**Итого за 1-я смена** Белки-17, Жиры-9, Углеводы-108,  
Калорийность-582

**71-30**

## Обед

60	<b>Салат из моркови с яблоками</b> морковь в/к, яблоко, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-75	
200	<b>Рассольник ленинградский.</b> картофель в/к, огурцы соленые, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-97	
180	<b>Запеканка картофельная с печеню</b> картофель в/к, печеню говяжья, лук в/к, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные, соль йодированная	Белки-12, Жиры-11, Углеводы-37, Калорийность-297	
40	<b>Соус сметанный с томатом</b> сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Калорийность-28	
200	<b>Сок фруктовый</b>	Углеводы-23, Калорийность-94	
27	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-74	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	

## Полдник

200	<b>Чай с сахаром</b> сахар-песок, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-60	
30	<b>Печенье Галеты</b>	Углеводы-4, Калорийность-21	

**Итого за 2-я смена** Белки-21, Жиры-25, Углеводы-132,  
Калорийность-814

**99-30**

Бухгалтер-  
калькулятор

Мельникова Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор

МП

