

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
70	Салат из моркови с сахаром <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-58	
170	Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-34, Калорийность-221	
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-120	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
36	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-99	
<u>Завтрак2/Полдник</u>			
200	Чай б/с		
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
765	Итого за 1-я смена	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-131, Калорийность-735	71-30
<u>Обед</u>			
90	Салат из моркови с сахаром <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-75	
200	Суп из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, горошек зеленый, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-98	
210	Паста с куриным филе, свежим помидором, сыром и сливочным соусом <i>спагетти, филе грудки куриное, сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-42, Калорийность-273	
200	Напиток из варенья клубничного <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	
25	Хлеб пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-69	
28	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-63	
<u>Полдник</u>			
200	Чай б/с		
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
1 003	Итого за 2-я смена	Белки-22, Жиры-20, Углеводы-152, Калорийность-860	99-30

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Зитонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

