

Меню на 2024 год
Питание для учащихся с ОВЗ

05.09.2024 **Завтрак**



Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	белки	жиры	жиры	углеводы	углеводы	калории	калории
	7-11 лет	12-18 лет		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Плов с курицей	180	220	54,49	13,68	16,72	15,68	18,61	32,52	39,71	307,68	376,09
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	100	16,17	1,10	1,10	0,20	0,20	3,80	3,80	22,00	22,00
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,07	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Компот из свежих плодов	200	200	14,63	0,16	0,16	0,16	0,16	23,88	23,88	97,60	97,60
Итого за Завтрак	510,00	550,00	87,36	17,34	20,38	16,34	19,27	75	81,99	499,88	568,29
ОБЕД											
Салат из квашенной капусты	60	100	12	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,45	51,42	85,70
Суп вермишелевый на мясном бульоне	250	300	15	4,29	5,10	3,33	3,99	20,90	25,08	130,73	156,87
Пельмени на бульоне	200	200	55	16,40	16,40	19,00	19,00	49,50	49,50	420,00	420,00
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	200	10	0,30	0,30	0,00	0,00	6,70	6,70	27,60	27,60
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	770	860	98	26,91	28,40	26,13	28,79	109,47	117,03	768,45	828,87
Итого за день				44,25	48,78	42,47	48,06	184,27	199,02	1268,33	1397,16