

МБОУ Июльская СОШ

Утверждаю:
 Директор МБОУ Июльская СОШ
 _____ Сентякова О.В.
 "___" _____ 20__ г.

Меню на "___" _____ 20__ г.

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак ОВЗ															
068/а	Каша пшениная молочная жидкая	200	18,50	6,15	8,2	24,01	195	0,1	0,97	0,04		204,49	198,46	40,85	0,71
261	Чай с сахаром	200	3,94	0,00	0,00	28,00	123	0,6	30	0,5		9		2	
	Хлеб пшеничный	30	2,56	1,6	0,5	9,10	59	0,14				21,5	132	38,5	2,5
				25,00	15,00	10,62	56,17	444,00	0,87	30,97	0,54	234,99	330,46	81,35	3,2

Обед (1-4 класс)															
109	Суп" Пуштые шьд"	250,0	17,59	3,35	3,09	16,41	107	0,11	8,6	0,02		21,25	77,56	25,59	1,13
29	Огурец свежий	60,0	4,68	0,30		1,90	7	0,01	1,0						
106	Тефтели мясо-крупяные	100	37,67	12,64	9,49	6,47	169	0,06	0,8	0,03		9,03		18,22	1,0
92	Пюре картофельное	150	10,34	3,15	6,88	21,90	161	0,06	34,0	0,02		93,36	76,57	36,85	1,34
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	1,60	1,08	0,40	9,10	57	0,08	0,8			13,20	77,6	22,80	1,80
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	1,56	1,60	0,50	8,1	59	0,14				21,5	132,0	38,5	2,50
122/в	Компот из сухофруктов	200	5,56	1,04		26,96	108	0,02	1,			41,1	29,2	23,0	1
141	Соус томатный	30	3,00	0,78	3,00	2,40	40								
				82,00	23,94	23,36	93,20	708,00	0,47	40,30	0,07	199,48	392,93	164,92	8,5

Обед (5-11 классы)															
109	Суп" Пуштые шьд"	250,0	18,04	3,35	3,09	16,41	107	0,11	8,6	0,02		21,25	77,56	25,59	1,13
29	Огурец свежий	100,0	5,68	0,30		1,90	7	0,01	1,0						
106	Тефтели мясо-крупяные	100	50,69	12,64	9,49	6,47	169	0,06	0,8	0,03		9,03		18,22	1,0
92	Пюре картофельное	180	18,08	3,15	6,88	21,90	161	0,06	34,0	0,02		93,36	76,57	36,85	1,34
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,08	1,08	0,40	9,10	57	0,08	0,8			13,20	77,6	22,80	1,80
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,03	1,60	0,50	8,1	59	0,14				21,5	132,0	38,5	2,50
122/в	Компот из сухофруктов	200	4,66	1,04		26,96	108	0,02	1,			41,1	29,2	23,0	1
141	Соус томатный	30	5,60	0,78	3,00	2,40	40								
				106,86	23,94	23,36	93,20	708,00	0,48	45,96	0,07	199,48	392,93	164,92	8,5

Обед ОВЗ															
109	Суп" Пуштые шьд"	250,0	17,59	3,35	3,09	16,41	107	0,11	8,6	0,02		21,25	77,56	25,59	1,13
29	Огурец свежий	60,0	4,68	0,30		1,90	7	0,01	1,0						
106	Тефтели мясо-крупяные	100	37,67	12,64	9,49	6,47	169	0,06	0,8	0,03		9,03		18,22	1,0
92	Пюре картофельное	150	10,34	3,15	6,88	21,90	161	0,06	34,0	0,02		93,36	76,57	36,85	1,34
хлеб	Хлеб пшенично-ржаной	30	1,60	1,08	0,40	9,10	57	0,08	0,8			13,20	77,6	22,80	1,80
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	1,56	1,60	0,50	8,1	59	0,14				21,5	132,0	38,5	2,50
122/в	Компот из сухофруктов	200	5,56	1,04		26,96	108	0,02	1,			41,1	29,2	23,0	1
141	Соус томатный	30	3,00	0,78	3,00	2,40	40								
				82,00	23,94	23,36	93,24	708,00	0,48	45,96	0,07	199,48	392,93	164,92	8,5

Шеф-повар _____

Мед. Работник _____