

**Меню для начальных классов**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
150	<i>Каша пшеничная рассыпчатая</i>	Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41
110	<i>Голубцы ленивые из говядины с соусом</i>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
90/20	<i>сметанным с томатом</i>	
200/15/7	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<i>Хлеб пшеничный 1 сорт</i>	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>76,72 руб</b>
<u><b>Обед</b></u>		
60	<i>Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)</i>	Калорийность-6, Белки-0,6, Углеводы-4,2
200	<i>Суп картофельный с рисовой крупой</i>	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
240	<i>Рагу из птицы</i>	Калорийность-253, Белки-15,10, Жиры-13,58, Углеводы-17,36
150/90		
200/15	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
20	<i>Хлеб пшеничный 1 сорт</i>	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	<i>Хлеб Российский ржано-пшеничный</i>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>76,72 руб</b>

**Меню для питания детей-инвалидов и детей с ОВЗ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
150	<i>Каша пшеничная рассыпчатая</i>	Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41
110	<i>Голубцы ленивые из говядины с соусом</i>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
90/20	<i>сметанным с томатом</i>	
200/15/7	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<i>Хлеб пшеничный 1 сорт</i>	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u><b>Обед</b></u>		
60	<i>Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)</i>	Калорийность-6, Белки-0,6, Углеводы-4,2
200	<i>Суп картофельный с рисовой крупой</i>	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
240	<i>Рагу из птицы</i>	Калорийность-253, Белки-15,10, Жиры-13,58, Углеводы-17,36
150/90		
200/15	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
20	<i>Хлеб пшеничный 1 сорт</i>	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	<i>Хлеб Российский ржано-пшеничный</i>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
<b>Итого за день</b>		<b>153,00 руб</b>

Директор МБОУ СОШ № 20

Директор

Заведующая

Бухгалтер