

## Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	<b>Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным крестьянским</b>	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
1 шт	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-59, Белки-0,5, Жиры-0,5, Углеводы-12,25
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный 1 сорт</b>	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>80,18 руб</b>
<u>Обед</u>		
30	<b>Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)</b>	Калорийность-3, Белки-0,3, Углеводы-2,1
200	<b>Борщ Ставропольский</b>	Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23
110	<b>Тефтели рыбные из минтая с соусом</b>	Калорийность-173, Белки-7,79, Жиры-8,25, Углеводы-11,99
90/20	<b>сметанным с томатом</b>	
150	<b>Картофель отварной</b>	Калорийность-166, Белки-2,87, Жиры-4,32, Углеводы-23,01
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-28,47
20	<b>Хлеб пшеничный 1 сорт</b>	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	<b>Хлеб Российский ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>80,18 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>Завтрак</u>		
200/10	<b>Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным крестьянским</b>	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
1 шт	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-59, Белки-0,5, Жиры-0,5, Углеводы-12,25
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный 1 сорт</b>	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u>Обед</u>		
30	<b>Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)</b>	Калорийность-3, Белки-0,3, Углеводы-2,1
200	<b>Борщ Ставропольский</b>	Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23
110	<b>Тефтели рыбные из минтая с соусом</b>	Калорийность-173, Белки-7,79, Жиры-8,25, Углеводы-11,99
90/20	<b>сметанным с томатом</b>	
150	<b>Картофель отварной</b>	Калорийность-166, Белки-2,87, Жиры-4,32, Углеводы-23,01
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-28,47
20	<b>Хлеб пшеничный 1 сорт</b>	Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93
30	<b>Хлеб Российский ржано-пшеничный</b>	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