

Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
120 90/30	<i>Птица (курица) отварная с соусом сметанным с томатом</i>	Калорийность-204, Белки-19,51, Жиры-17,85, Углеводы-2,3
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	<i>Хлеб пшеничный 1 сорт</i>	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
Итого за Завтрак		76,72 руб
<u>Обед</u>		
200	<i>Суп-лапша домашняя</i>	Калорийность-93, Белки-2,06, Жиры-4,43, Углеводы-9,3
110 90/20	<i>Кнели из кур с рисом и соусом сметанным с томатом</i>	Калорийность-283, Белки-15, Жиры-22,34, Углеводы-5,69
150	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-258, Белки-4,35, Жиры-12, Углеводы-3,21
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
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
Итого за Обед		76,72 руб

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>		
120 90/30	<i>Птица (курица) отварная с соусом сметанным с томатом</i>	Калорийность-204, Белки-19,51, Жиры-17,85, Углеводы-2,3
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	<i>Хлеб пшеничный 1 сорт</i>	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u>Обед</u>		
200	<i>Суп-лапша домашняя</i>	Калорийность-93, Белки-2,06, Жиры-4,43, Углеводы-9,3
110 90/20	<i>Кнели из кур с рисом и соусом сметанным с томатом</i>	Калорийность-283, Белки-15, Жиры-22,34, Углеводы-5,69
150	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-258, Белки-4,35, Жиры-12, Углеводы-3,21
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
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
Итого за день		153,00 руб

Директор МБОУ СОШ № 20

Директор

Заведующая

Бухгалтер