

Меню для начальных классов

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|-------------------------|--|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 150/60 | Блинчики со сгущенным молоком | Калорийность-277, Белки-8,15, Жиры-4,62, Углеводы-50,58 |
| 15 | Сыр Российский | Калорийность-54, Белки-3,48, Жиры-4,43 |
| 200/15/7 | Чай с лимоном | Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6 |
| 45 | Хлеб пшеничный 1 сорт | Калорийность-96, Белки-3,42, Жиры-0,41, Углеводы-22,36 |
| Итого за Завтрак | | 76,72 руб |
| <u>Обед</u> | | |
| 200 | Борщ Ставропольский | Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23 |
| 110 | Тефтели из говядины с соусом | Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73 |
| 90/20 | сметанным с томатом | |
| 150 | Каша пшеничная рассыпчатая | Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41 |
| 200 | Компот из свежих яблок | Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-27,47 |
| 20 | Хлеб пшеничный 1 сорт | Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93 |
| 30 | Хлеб Российский ржано-пшеничный | 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> | | |
| 150/60 | Блинчики со сгущенным молоком | Калорийность-277, Белки-8,15, Жиры-4,62, Углеводы-50,58 |
| 15 | Сыр Российский | Калорийность-54, Белки-3,48, Жиры-4,43 |
| 200/15/7 | Чай с лимоном | Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6 |
| 45 | Хлеб пшеничный 1 сорт | Калорийность-96, Белки-3,42, Жиры-0,41, Углеводы-22,36 |
| Итого за Завтрак | | |
| <u>Обед</u> | | |
| 200 | Борщ Ставропольский | Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23 |
| 110 | Тефтели из говядины с соусом | Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73 |
| 90/20 | сметанным с томатом | |
| 150 | Каша пшеничная рассыпчатая | Калорийность-229, Белки-7,69, Жиры-4,47, Углеводы-42,41 |
| 200 | Компот из свежих яблок | Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-27,47 |
| 20 | Хлеб пшеничный 1 сорт | Калорийность-45, Белки-1,52, Жиры-0,18, Углеводы-9,93 |
| 30 | Хлеб Российский ржано-пшеничный | Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8 |
| Итого за день | | 153,00 руб |

Директор МБОУ СОШ № 20

Директор

Заведующая

Бухгалтер