

Меню для начальных классов

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным крестьянским	Калорийность-239, Белки-5,81, Жиры-10,21, Углеводы-30,84
10	Сыр Российский	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	Масло сливочное крестьянское	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
35	Печенье сахарное	Калорийность-146, Белки-2,63, Жиры-3,42, Углеводы-26,25
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
Итого за Завтрак		73,65 руб
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-126, Белки-2,84, Жиры-2,68, Углеводы-23,95
90	Котлета из курицы	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
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		73,65 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>		
200/10	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным крестьянским	Калорийность-239, Белки-5,81, Жиры-10,21, Углеводы-30,84
10	Сыр Российский	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	Масло сливочное крестьянское	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
35	Печенье сахарное	Калорийность-146, Белки-2,63, Жиры-3,42, Углеводы-26,25
200/15	Чай с сахаром	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	Хлеб пшеничный 1 сорт	Калорийность-64, Белки-2,28, Жиры-0,27, Углеводы-14,91
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-126, Белки-2,84, Жиры-2,68, Углеводы-23,95
90	Котлета из курицы	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15/7	Чай с лимоном	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
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