

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
10	Масло сливочное крестьянское	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
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		73,65 руб
<u>Обед</u>		
250	Борщ Ставропольский	Калорийность-118, Белки-2,4, Жиры-5,06, Углеводы-16,54
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		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>		
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
10	Масло сливочное крестьянское	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
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
<u>Обед</u>		
250	Борщ Ставропольский	Калорийность-118, Белки-2,4, Жиры-5,06, Углеводы-16,54
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