

СОГЛАСОВАНО

Директор школы



Меню

горячего питания для учащихся образовательных учреждений  
в возрасте от 7 до 11 лет

для льготной категории СВО и ОВЗ

№	наименование	выход	эн.ценн	жиры	белки	углев
52	салат из свеклы	60	55,7	0,8	3,6	4,96
102	суп картофель с бобовыми	200	118,8	4,4	4,2	13,2
278/331	тефтели мясные с/соус	90	189,3	8,8	10,5	15,1
304	рис отварной	150	226,9	3,5	7,3	34,4
	хлеб	30	69	1,7	0,3	14,8
376	чай с сахаром	200	61	0,12		15
		730	720,7	19,32	25,9	97,46

99	суп из овощей	200	95,3	1,6	5	9,1
268/331	шницель мясной	90	191,2	9,8	12	9,3
310	картофель отварной	150	112,2	3	0,6	23,7
20	салат витаминный	60	39,96	0,45	3,61	1,41
376	чай с сахаром	200	61	0,12		15
	хлеб	30	69	1,7	0,3	14,8
		730	568,66	16,67	21,51	73,31

96	рассольник ленинг	200	85,8	1,6	4,1	9,6
294	биточки куриные	90	229	13,9	13,4	13
309	макарон изд отварные	150	195	5,5	5,8	30,5
59	салат из моркови	60	49,1	0,5	3,1	4,7
376	чай с сахаром	200	61	0,12		15
	хлеб	30	69	1,7	0,3	14,8
		730	688,9	23,32	26,7	87,6

45	салат из св.капусты	60	56,5	0,8	3,7	5,1
82	борщ с капустой, карт	200	73	1,3	3,9	6,9
234/331	котлета рыбная с/соус	90	133,5	8,2	6,4	11,2
312	картофельное пюре	150	137,25	3,1	4,8	20,4
376	чай с сахаром	200	61	0,12		15
	хлеб	30	69	1,7	0,3	14,8
		730	530,25	15,22	19,1	73,4

52	салат из свеклы	60	55,7	0,84	3,6	4,96
112	суп картофель с макарон и	200	94,6	2,2	2,3	14
268	шницель мясной с/с	90	149,7	7	9,5	8
143	ругу овощное	150	213	2,7	16,5	12,9
376	чай с сахаром	200	61	0,12		15
	хлеб	30	69	1,7	0,3	14,8
		730	643	14,56	32,2	69,66

45	салат из свежей капусты	60		56,5	0,8	3,7	5,1
102	суп картофель с бобовым	200		118,8	4,4	4,2	13,2
268/331	котлета мясная	90		191,2	9,8	12	9,3
309	макарон из отварн	150		195,8	5,5	5,8	30,5
376	чай с сахаром, лимон	200		61	0,12		4
	хлеб	30		69	1,7	0,33	14,8
		730		692,3	22,32	26,03	76,9

52	салат из свеклы	60		55,7	0,8	3,6	4,96
112	суп картофель с макарон.и	200		94,6	2,2	2,3	14
234	котлета рыбная	90		133,5	8,2	6,4	11,2
312	картофельное пюре	150		137,25	3,1	4,8	20,4
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
	хлеб	30		69	1,7	0,33	14,8
		730		551,05	16,12	17,43	80,36

20	салат витаминный	60		2,8	0,16	0,02	0,52
88	щи из свеж капусты с к	200		71,8	1,4	4	6,3
278/331	тефтели мясные	90		189,3	8,8	10,5	15,1
143	рагу овощное	150		213	2,7	16,5	12,9
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
	хлеб	30		69	1,7	0,33	14,8
		730		606,9	14,88	31,35	64,62

59	салат из моркови	60		49,1	0,5	3,1	4,7
82	борщ с капустой, карт	200		104	1,8	4,9	10,9
294	биточки куриные	90		228,8	14	13,4	13
302	каша гречнев рассып	150		262,5	8,3	9	37,4
376	чай с сахаром, лимон	200		61	0,12		15
	хлеб	30		69	1,7	0,33	14,8
		730		774,4	26,42	30,73	95,8

45	салат из св капусты	60		56,5	0,8	3,7	5,1
96	рассольник ленинг	200		85,8	1,6	4,1	9,6
239/331	тефтели рыбные рыбна	90		167,4	9,3	8,9	12,4
304	рис отварной	150		226,5	3,5	7,3	34,4
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
	хлеб	30		69	1,7	0,33	14,8
		730		666,2	17,02	24,33	91,3