

Утверждаю:

Директор МКОУ НСОШ

О.В. Устьяхин

Дата

07.03

2 ДЕНЬ ЗАВТРАК СОШ для учащихся с ОВЗ 11-18 лет

| № рец.      | Наименование блюда            | Масса порции | Химический состав |       |          |        | эн.цен (ккал.) |
|-------------|-------------------------------|--------------|-------------------|-------|----------|--------|----------------|
|             |                               |              | белки             | жиры  | углеводы |        |                |
| 54-1о       | Омлет натуральный             | 200          | 16.91             | 23.97 | 4.32     | 300.7  |                |
| 54-21гн     | Какао с молоком               | 200          | 4.68              | 3.52  | 12.5     | 100.4  |                |
|             | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,3               | 0,2   | 14,8     | 70,3   |                |
|             | Апельсин                      | 230          | 2,1               | 0,5   | 18,6     | 86,9   |                |
|             | Итого за Завтрак              | 690          | 33                | 37,1  | 50,2     | 665,8  |                |
| <b>ОБЕД</b> |                               |              |                   |       |          |        |                |
| 54-17з      | Салат из моркови и чернослива | 100          | 1.55              | 0.25  | 21.56    | 94.7   |                |
| 54-25с      | Суп гороховый                 | 250          | 8.16              | 3.48  | 18.65    | 138.6  |                |
| 54-11м      | Плов из отварной говядины     | 200          | 15.32             | 14.73 | 38.58    | 348.3  |                |
|             | Хлеб пшеничный                | 50           | 3,8               | 0,4   | 24,6     | 117,2  |                |
|             | Хлеб ржаной                   | 100          | 6,6               | 1,2   | 33,4     | 170,8  |                |
|             | Чай с лимоном и сахаром       | 200          | 0.25              | 0.05  | 6.61     | 27.9   |                |
|             | Итого за Обед                 | 900          | 35,7              | 20,2  | 143,4    | 897,4  |                |
|             | Итого за день                 | 1590         | 68,7              | 57,3  | 193,6    | 1563,2 |                |

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.