

Утверждаю: **О. РАЙОНА Н. КОСОВО**
 Директор **МКОУ ЦОШ**
 О.В. Устихин

Дата

ДЕНЬ 6 ЗАВТРАК для учащихся с ОВЗ 11-18 лет



№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал.)
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5
54-21гн	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Июгурт 2.0%	100	4,5	2	6,5	62
	Итого за Завтрак	590	24,1	17,5	77,4	563,6
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,80	0,10	2,50	14,1
	Суп из овощей с фрикадельками рыбными	250	2,01	0,73	3,49	28,6
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,97	8,45	47,91	311,6
	Тефтели "Нагуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1
54-3соус	Соус красный основной	50	1,63	1,22	4,45	35,1
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	19,78	81
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
	Итого за Обед	985	32,5	18,2	134	829,2
	Итого за день	1575	56,6	35,7	211,4	1392,8

Завхоз: Вашгурина Г.М.

В.В.

Повар: Петухова С.Н.

С.Н.