

Утверждаю:

Директор МКОУ ЦСОИШ

О.В. Устахин

Дата

18.03

ДЕНЬ 12

ЗАВТРАК

Палецкая

СОИШ для учащихся с ОВЗ 11-18 лет



| № реч.        | Наименование блюда                        | Масса порции | Химический состав |             |              |               | Эн.цен (ккал.) |
|---------------|---|--------------|-------------------|-------------|--------------|---------------|----------------|
|               |   |              | белки             | жиры        | углеводы     |               |                |
| 54-13         | Сыр твердых сортов в нарезке              | 20           | 4,6               | 5,9         | 0            | 71,7          |                |
| 54-24к        | Каша жидкая молочная пшеничная            | 200          | 8,32              | 10,12       | 37,64        | 274,9         |                |
| 54-23гн       | Кофейный напиток с молоком                | 200          | 3,87              | 2,86        | 11,19        | 86            |                |
| Пром. Произв. | Хлеб ржаной                               | 80           | 6,1               | 0,6         | 39,4         | 187,5         |                |
| Пром. Произв. | Хлеб пшеничный                            | 50           | 3,3               | 0,6         | 16,7         | 85,4          |                |
|               | <b>Итого за завтрак</b>                   | <b>550</b>   | <b>26,2</b>       | <b>20,1</b> | <b>104,9</b> | <b>705,5</b>  |                |
|               | <b>ОБЕД</b>                               |              |                   |             |              |               |                |
| 54-19с        | Борщ с фасолью                            | 250          | 3,85              | 6,4         | 15,38        | 134,4         |                |
| 54-11г        | Картофельное пюре                         | 200          | 4,1               | 7,07        | 26,43        | 185,8         |                |
| 54-10р        | Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша) | 100          | 16,27             | 11,3        | 6,29         | 191,8         |                |
| 54-32хн       | Компот из свежих яблок                    | 200          | 0,15              | 0,14        | 9,93         | 41,5          |                |
| Пром. Произв. | Хлеб пшеничный                            | 50           | 3,8               | 0,4         | 24,6         | 117,2         |                |
| Пром. Произв. | Хлеб ржаной                               | 50           | 3,3               | 0,6         | 16,7         | 85,4          |                |
| Пром. Произв. | икра из баклажанов. Консервы              | 60           | 1                 | 8           | 3,1          | 88,1          |                |
| Пром. Произв. | Масса творожная                           | 100          | 7,1               | 23          | 27,1         | 343,8         |                |
|               | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>1010</b>  | <b>39,7</b>       | <b>56,9</b> | <b>129,5</b> | <b>1188,2</b> |                |
|               | Итого за день                             | 1560         | 65,9              | 77          | 234,4        | 1893,7        |                |

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.