

Утверждаю:

Директор МКОУ НСОШ

О.В. Устьяхин



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

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			
			белки	жиры	углеводы	эн.цен (ккал.)
54-10	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
ОБЕД						
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. 