

Утверждаю:

Директор МКОУ СОШ

О.В. Устьякин

Дата 23.03

ДЕНЬ 4 ЗАВТРАКЕЦКАЯ Для учащихся с ОВЗ 11-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			
			белки	жиры	углеводы	ЭН.ЦЕН (ккал.)
54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6.96	8.85	0.00	107.5
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7.26	9.18	44.04	287.8
54-6о	Яйцо вареное	40	4.78	4.05	0.25	56.6
54-2ГН	Чай с сахаром	200	0.11	0.03	5.18	21.4
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Банан	200	3	1	42	189
	Итого за завтрак	670	18,9	17,4	101,3	637,5
	ОБЕД					
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2.26	11.02	3.59	122.6
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5.98	2.71	19.42	126
Технологическая карта № 54-26г	Рис с овощами	200	4.25	7.56	34.69	223.7
Технологическая карта № 54-12р	Рыба, запеченная с сыром и луком	100	16.09	11.04	2.86	175.2
Пром. Произв.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром. Произв.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
Технологическая карта № 54-2 хн	Компот из кураги	200	0.98	0.05	15.64	66.9
	Итого за Обед	920	34,6	33,1	104,4	853
	Итого за день	1590	53,5	50,5	205,7	1490,5

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.