

Утверждаю:

Директор МКОУ ЦОШ

О.В. Устихин

Дата

ДЕНЬ 4 ЗАВТРАК

для учащихся с ОВЗ 11-18 лет

	Наименование блюда	Масса порции	Химический состав			
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность (ккал)
54-1з	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.