

Утверждаю:

Директор МКОУ ЦСОШ

О.В. Устьякин



ДЕНЬ 8 ЗАВТРАК

Для учащихся с ОВЗ 11-18 лет

№ рец.	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	
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7.15	5.76	26.71	187.3	
54-22гн	Какао с молоком сгущенным Мандарин	200 100	3.48	3.37	22.28	133.4	
Пром. Произв.	Хлеб пшеничный	50	0,8	0,2	7,5	35	
Пром. Произв.	Итого за Завтрак	570	3,8	0,4	24,6	117,2	
	ОБЕД		19,8	15,7	81,1	544,6	
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1.17	8.95	6.67	111.9	
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9.91	4.75	15.53	144.5	
54-11г	Картофельное пюре	200	4.1	7.07	26.43	185.8	
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16.74	15.88	6.66	236.6	
Пром. Произв.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	
Пром. Произв.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	
Пром. Произв.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	
	Итого за Обед	940	39,2	37,8	111,9	944,6	
	Итого за день	1510	59	53,5	193	1489,2	

Завхоз: Вашурина Г.М. _____

Повар: Петухова С.Н. _____