

Утверждено:
 Директор МКОУ ЦСОШ
 О.В. Устихин



Дата
ДЕНЬ ЗАВТРАК для учащихся с ОВЗ 11-18 лет

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Химический состав				Эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы		
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7	
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	
54-21гн	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4	
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	
	Йогурт 2,0%	100	4,5	2	6,5	62	
	Итого за Завтрак	590	24,1	17,5	77,4	563,6	
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,80	0,10	2,50	14,1	
	Суп из овощей с фрикадельками рыбными	250	2,01	0,73	3,49	28,6	
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,97	8,45	47,91	311,6	
	Тефтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1	
54-3еус	Соус красный основной	50	1,63	1,22	4,45	35,1	
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	19,78	81	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	
	Итого за Обед	985	32,5	18,2	134	829,2	
	Итого за день	1575	56,6	35,7	211,4	1392,8	

Завхоз: Вашурина Г.М.

Повар: Петухова С.Н.