

УТВЕРЖДАЮ:

директор школы

МКОУ "Царевская СОШ"

_____ Димитрова И.Н.

" 10 " сентября 2021 года

МЕНЮ

на 10 сентября 2021г. МКОУ"Царевская СОШ" Ленинского
муниципального района Волгоградской области (7-11 лет)ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
завтрак													
Овощи по сезону (огурец свеж., помидор свеж., капуста квашен., огурец солен., помидор солен., свекла)	60	0,9	0,1	5,3	25,7								
Котлеты или биточки рыбные	90/5	12,2	13,4	14,3	226,7								
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3								
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9								
Рагу из овощей № 143	150	2,7	12,5	13,5	177,9								
Итого за прием пищи:	535	18,1	26,2	62,5	558,5								
2-й завтрак													
Пряник	40	2,4	1,9	30,0	146,4								
Чай каркаде № 685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5								
Итого за прием пищи:	240	2,6	1,9	45,0	206,9								
Итого за день:		20,7	28,1	107,5	765,4								

Повар :

Башаева А.А..

Ответственный за питание :

Кудрякова А.А.