

УТВЕРЖДАЮ:

директор школы

МКОУ "Царевская СОШ"

Димитрова И.Н.

" 03 " декабря 2021 года

МЕНЮ

на 03 декабря 2021г. МКОУ"Царевская СОШ" Ленинского
муниципального района Волгоградской области (12-18 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)	100	1,6	0,1	8,9	42,8								
Котлеты или биточки рыбные	100/5	13,5	14,5	15,9	248,4								
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	180	3,1	15,0	16,1	214,2								
Итого за прием пищи:	615	20,5	29,8	70,3	633,6								
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:		23,1	31,7	115,3	840,5								

Повар :

Башаева А.А..

Ответственный за питание :

Кудрякова А.А.