
ШК. №28

утверждаю Директор

Е.Ю. Храмова Храмова Е.Ю.

МЕНЮ

10 марта

№ п/п	Наименование блюда	Вес грамм (кол-во)	Питательность блюда			ккал
			белки	жиры	углеводы	

1-4 класс

1	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29
2	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	29,04	144,9
3	Кукуруза отварная (зерен с маслом)	60	5,34	3,37	37,01	199,74
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
6	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74
7		550,00	34,11	17,67	109,69	735,63

ОВЗ с 1 по 4 класс завтрак

1	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,80	9,46	35,80	283,6
2	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
4	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
5						
6		440,00	10,23	17,95	65,64	488,9
7						

ОВЗ с 1 по 4 класс обед

1	Борщ с капустой и картофелем	200	1,32	4,14	9,52	80,56
2	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29
3	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	29,04	144,9
4	Кукуруза отварная (зерен с маслом)	60	5,34	3,37	37,01	199,74
5	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
6	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
7	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74
	итого	750	35,43	21,81	65,90	816,19
	итого ОВЗ	1190,00	45,66	39,76	184,85	1305,09

Заведующий производством:

Н.В. Клевакина Клевакина Н.В.

Заведующий производством:

Клевакина Н.В.

*****:

шк. №28

утверждаю Директор
Храмцова Е.Ю.

МЕНЮ

10 марта

№ п/п	Наименование блюда	Вес грамм (кол-во)	Питательность блюда			ккал
			белки	жиры	углеводы	

С 5 по 11 класс

1	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29
2	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88
3	Кукуруза отварная (зерен с маслом)	60	5,34	3,37	37,01	199,74
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
6	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74
7		580	35,25	17,81	115,50	764,61

С 5 по 11 класс ОБЗ завтрак

1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,80	9,46	35,80	283,6
2	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
4	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
5						
6		440,00	10,23	17,95	65,64	488,9
7						

С 5 по 11 класс ОБЗ обед

1	Борщ с капустой и картофелем	250	1,65	5,17	11,90	100,7
2	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29
3	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88
4	Кукуруза отварная (зерен с маслом)	60	5,34	3,37	37,01	199,74
5	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
6	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
7	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74
		830	36,90	22,98	127,40	865,31
	Итого ОБЗ	1270,00	47,13	40,93	193,04	1354,21

Заведующий производством:

Клевакина Н.В.