

ШК. №28

утверждаю Директор
 Храмцова Е.Ю.

МЕНЮ

15 марта

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

С 5 по 11 класс

1	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4
2	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286
3	Картофель отварной 1	150	2,85	6,15	19,05	142,5
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	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,3	0	20,1	81
7		570	25,69	24,31	79,73	640,60

С 5 по 11 класс ОБЗ завтрак

1	Пудинг из творога паровой	150	20,90	16,30	33,00	362
2	Молоко сгущенное	15	1,08	1,27	8,32	49,2
3	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
5	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
6		405,00	24,38	26,69	72,02	625,6
7						

С 5 по 11 класс ОБЗ обед

1	Суп из овощей с фасоль	250	1,65	5,17	11,90	100,7
2	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4
3	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30	286
4	Картофель отварной 1	150	2,85	6,15	19,05	142,5
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	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,3	0	20,1	81
		820	27,34	29,48	91,63	1366,9
	Итого ОБЗ	1225,00	51,72	56,17	163,65	1354,21

Заведующий производством:



Клевакина Н.В.

шк. №28

утверждаю Директор
Е.Ю. Храмова Храмова Е.Ю.

МЕНЮ

15 марта

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

1-4 класс

1	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4
2	Котлеты, биточки, шницели припущенные	80	12,00	8,57	7,43	150,86
3	Картофель отварной в молоке (1)	150	22,20	3,13	8,67	149,67
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	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,3	0	20,1	81
7		550,00	39,24	12,36	62,48	512,63

ОВЗ с 1 по 4 класс завтрак

1	Пудинг из творога паровой	150	20,90	16,30	33,00	362
2	Молоко сгущенное	15	1,08	1,27	8,32	49,2
3	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
5	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
6		405,00	24,38	26,69	72,02	625,6
7						

ОВЗ с 1 по 4 класс обед

1	Суп из овощей с фасоль	200	1,32	4,14	9,52	80,56
2	Овощи натуральные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4
3	Котлеты, биточки, шницели припущенные	80	12,00	8,57	7,43	150,86
4	Картофель отварной в молоке (1)	150	22,20	3,13	8,67	149,67
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	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,3	0	20,1	81
	ИТОГО	750	40,56	16,50	65,90	593,19
	ИТОГО ОВЗ	1155,00	64,94	43,19	144,02	1218,79

Заведующий производством:

Клевакина Н.В.

--	--	--	--	--	--	--