


"Утверждаю"
 Директор МАОУ
 Велижанская СОШ с.Тюнево

 С.И.Новицкая

МЕНЮ горячих завтраков для детей с ОВЗ						
8.12.2020 г.						
2 день						
Наименование блюда	Выход, г	Цена, р	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<i>рыба запеченная со сметаной</i>	80	34,11	14	11	3	164
пюре картофельное	150	10,46	3,3	4,4	23,5	147
чай с молоком	200	10,3	2,8	2,5		114
Фоукт яблоко	180	36	0,3	0,3	17,4	73
Йогурт	100	23	1,8	1,5	4,5	39
Обед			22,2	19,7	68,5	537
Суп крестьянский с крупой, с мясом	250/10	14,92	5,4	5,7	17,2	142
Котлета из говядины	80	38,91	9,7	11,8	13,6	199
Рис припущенный с овощами	150	14,52	2,5	4,4	32,4	179
Компот из сухофруктов	200	3,84	0,7	0,0	23,9	98
Хлеб ржаной	40	1,77	3,3	0,6	14,4	76
Хлеб пшеничный витам.	40	1,77				
ИТОГО:		189,60	44	42	170	1231

Ст.повар  Желторылова О.А.