

"Утверждаю"
 Директор МАОУ
 Велижанская СОШ с Тюнево

Гол-Новицкая С.И.

меню горячих завтраков для детей с ОВЗ						
11.12.2020 г						
5 день						
Наименование блюда	Выход, г	Цена, р	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			11	14	182	580
Бутерброд с сыром	30//15	9,26	2,3	7,4	14,5	134
Макароны отварные с сыром	150	12,31	5,8	3,6	44,0	232
Чай с молоком	200	8,58	2,8	2,5	20,1	114
Конд изд вафли те самые	1//50	9,12	0,7	0,9	87,0	41
Йогурт	1//100	21	1,8	1,5	4,5	39
Фрукт	1//100	18,71	0,3	0,3	17,4	73
Обед			31	21	145	888
Свекольник с мясом, со сметаной	250/10/5	22,54	4,1	5,4	16,2	130
Тефтели рыбные	80	42,76	12,6	8,2	14,2	181
Картофельное пюре	150	11,36	3,3	4,4	23,5	147
Хлеб пшеничный витаминизирован.	50	2,22				
Хлеб ржаной	1//30	1,33	0,9	0,2	8,7	41
Сок	200	16	6,1	4,1	14,5	119
Итого		189,60	42	35	321	1443

Ст. повар: *Желторылова* Желторылова О.А.