Директор филиала : А.А.Гимранов

МАОУ «Велижанская средняя общеобразовательная школа»-«СОШ д.Новопокровка»

Нижнетавдинского района

**Меню**

для питания детей с 12 до 18 лет

«» Сентября 2020 г.

Количество детей: чел.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Химический состав** | | | | **Цена, р** | **Наименование пищевых веществ, мг** | | | | | | | |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл., г** | **ЭЦ, ккал** | **Витамины** | | | | **Минералы** | | | |
| **С** | **В1** | **А** | **Е** | **Каль-**  **ций** | **Фос-**  **фор** | **Маг-**  **ний** | **Желе-**  **зо** |
| **Обед** | | **31,6** | **33,7** | **122,5** | **920,2** |  | **90,4** | **0,5** | **0,6** | **4,4** | **249,9** | **438,3** | **93,9** | **5,6** |
| Гречка вязкая отварная | **180** | 2,5 | 5,4 | 29,2 | 175 |  | 0,0 | 0,17 | 0,24 | 0,60 | 21,6 | 168,67 | 11,3 | 1,69 |
| Курицы запеченная | **100** | 16,2 | 15,1 | 0,7 | 204 |  | 0,67 | 0,04 | 0,05 | 2,56 | 16,7 | 230 | 13,46 | 1,36 |
| Сок фруктовый | **200** | 0,6 | 0,2 | 15,8 | 67 |  | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 55,0 | 26,0 | 8,0 | 0,0 |
| Хлеб пшеничный | **40** | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |  | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 13,2 | 87,2 | 24,8 | 1,7 |
| Хлеб ржаной | **50** | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |  | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 9,0 | 43,5 | 9,5 | 1,4 |
| Йогурт | **100** | 1,8 | 1,5 | 4,5 | 39 |  | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 285,0 | 205,0 | 23,0 | 0,0 |
| **Итого** | | **58,4** | **57** | **209** | **1582,2** | **90** | **91,57** | **0,81** | **0,89** | **7,56** | **650,4** | **1198,67** | **183,96** | **11,75** |

**Меню ОВЗ**

для питания детей с 12 до 18 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Химический состав** | | | | **Цена, р** | **Наименование пищевых веществ, мг** | | | | | | | |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угл., г** | **ЭЦ, ккал** | **Витамины** | | | | **Минералы** | | | |
| **С** | **В1** | **А** | **Е** | **Каль-**  **ций** | **Фос-**  **фор** | **Маг-**  **ний** | **Желе-**  **зо** |
| **Завтрак** | | **23,9** | **29,6** | **72,6** | **652,7** |  | **1,2** | **0,3** | **0,3** | **3,5** | **333,5** | **637,1** | **54,4** | **3,8** |
| Каша манная молочная | **200** | 9,1 | 7,8 | 37,1 | 255 |  | 0,4 | 0,0 | 0,1 | 0,1 | 335,0 | 124,5 | 19,8 | 0,7 |
| Кофейный напиток | **200** | 3,2 | 3,1 | 19,0 | 117 |  | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 235 | 88,2 | 13,7 | 0,1 |
| Бутерброд с маслом | **30/10** | 2,3 | 7,4 | 14,5 | 134 |  | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 6,4 | 16,0 | 2,8 | 0,2 |
| Фрукт | **180** | 0,3 | 0,3 | 17,4 | 73 |  | 3,1 | 0,1 | 0,0 | 0,6 | 12,5 | 6,3 | 0,0 | 0,0 |
| Сок фруктовый | **200** | 0,6 | 0,2 | 15,8 | 67 |  | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 55,0 | 26,0 | 8,0 | 0,0 |
| Йогурт | **100** | 1,8 | 1,5 | 4,5 | 39 |  | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 285,0 | 205,0 | 23,0 | 0,0 |
| **Итого** | | **41,2** | **59,8** | **180,9** | **1337,7** | **99,6** | **6** | **0,4** | **0,4** | **4,5** | **1262,4** | **1103,1** | **121,7** | **4,8** |

Медицинская работник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.М.Орлова

Шеф-повар: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.А.Путинцева