

"Утверждаю"
 Директор филиала МАОУ
 "Велижанская СОШ"-"СОШ
 с.Тюнево"

 С.И.Новицкая

МЕНЮ горячих завтраков и обедов для детей с ОВЗ

21.12.2020

1 день

Наименование блюда	Выход, г	Цена, р	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК			13	15	132	720
Бутерброд с джемом и маслом	30/25/5/	10,08	2,6	3,7	30	164
Каша рисовая жидкая	1//200	19,4	7,1	7,4	34,6	233
Чай с лимоном	200	2,53	0,1	0	15,2	61
Фрукт груша	1//200	28,92	0,4	0,0	14,0	58
<i>Конд.изделие (вафли)</i>	41	9,23	1	2	19	98
Йогурт	100	21	2,4	1,7	20,3	106
Обед			32,1	23	107	761
Рассольник со сметаной,с мясом	250/10/5	21,53	4,5	4	13,4	108
Бефстроганов из говядины	100	52,06	15,9	14,4	6,3	218
Макароны отварные	150	7,1	4,8	3	36,7	193
Хлеб пшеничный и ржаной	90	1,77	6,3	1,1	34,8	175
Сок	1//200	16	0,6	0,2	15,8	67
Итого		189,60	45	38	239	1481

Ст. повар:  О.А.Желторылова