

Директор МОБУ СОШ д. Идяш

"Утверждаю"
Канчурин
Р.Ш.

МЕНЮ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ НА 15.03.2023

Наименование	категория	вес (гр)	Пищевая ценность			Энерг ценность
			Б	Ж	У	

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Рыба тушеная в томате с овощами	все	100	12,8	8,6	2,4	132,3
рис припущенный кисель	все	150	3,5	4,4	35,7	192,9
витаминизирован ный	все	200	0	0	17,4	68,8
хлеб пшеничный	все	50	3,8	0,3	25,1	118,4
фрукты	1-4,ОВЗ, ММС	150	0,5	0,5	12,9	62

ОБЕД (ОВЗ)

Винегрет овощной	1-4	60	0,6	6,1	3,2	69,1
	5-11	100	0,8	10,1	5,2	115,4
суп крестьянский с крупой	1-4	200	7,1	9,5	10,5	150,3
	5-11	250	8,8	11,9	13	188,1
каша гречневая вязкая	1-11	150	4,3	5,0	18,7	133,5
Котлеты рубленые из птицы	1-4	90	14,2	20,1	13,1	278,1
	5-11	100	14,2	20,1	13,1	278,1
Соус томатный	1-11	30	0,2	1,7	1,8	23,9
чай с сахаром	1-11	200	0,2	0	14,1	56,2
хлеб пшеничный	1-11	70	5,3	0,4	35,1	165,8

*все (1-4, РП, ОВЗ 1-4, ОВЗ 5-11, ММС)