

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 БОУ «Новочебоксарская
 общеобразовательная школа для обучающихся
 с ограниченными возможностями здоровья»
 Минобразования Чувашии

М.В. Никандрова

Меню на 20.01.2023

возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда 10 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом	200/5	6.13	8.2	53.9	309
Чай с лимоном	200/8	0.2	0	15	58
Бутерброд с маслом	40	1.1	9	6.8	115
Мандарины	135				
ИТОГО		6.33	172	68.9	482
Обед					
Салат овощной «Винегрет»	70	1.4	4.6	7.8	79.5
Суп картофельный с курицей	250/15	2.7	6.3	15.9	147
Печень тушеная с соусом	50/50	15.3	12	0.2	195
Каша гречневая	200/1	4.5	6.7	22.3	171
Компот из яблок	200	0.1	0	26.4	102
Хлеб	60	4.6	0.8	24.6	126
Итого		28.6	30.4	97.2	820.5
Итого за день		34.93	47.6	166.1	1302.5

возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда 10 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом	200/5	6.13	8.2	53.9	309
Чай с лимоном	200/8	0.2	0	15	58
Бутерброд с маслом	40	1.1	9	6.8	115
Мандарины	135				
ИТОГО		6.33	172	68.9	482
Обед					
Салат овощной «Винегрет»	70	1.4	4.6	7.8	79.5
Суп картофельный с курицей	250/15	2.7	6.3	15.9	147
Печень тушеная с соусом	50/50	15.3	12	0.2	195
Каша гречневая	200/1	4.5	6.7	22.3	171
Компот из яблок	200	0.1	0	26.4	102
Хлеб	60	4.6	0.8	24.6	126
Итого		28.6	30.4	97.2	820.5
Итого за день		34.93	47.6	166.1	1302.5
Кладовщик Маймасова Р. А. 					