

УТВЕРЖДАЮ

Директор

БОУ «Новочебоксарская
ОШ для обучающихся
с ОВЗ» Минобразования Чувашии

М.В. Никандрова



возрастная категория 7-11 лет

Меню на 21.03.2024

Наименование блюда 4 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак					
Яйцо отварное	50	5.1	4,6	0,3	63
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	7.92	17.2	32.2	316
Кофейный напиток	200	2.5	3.6	28.7	152
Батон	30	2,8	0,4	17	75
Сок	200				
ИТОГО		18,72	26,2	87,8	651
Обед					
Икра свекольная	100	1.2	2.4	8.4	59.2
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.7	6.3	15.9	147
Куриное филе тушеное в соусе	80/50	15.3	12	0.2	171
Рис отварной	180/6	3.6	6	36.7	228
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93
Хлеб	60	4.6	0.8	24.6	128.6
ИТОГО		28,9	29,7	126,9	911,8
ИТОГО за день		47,22	55,5	205,1	1517,8
возрастная категория 12 лет и старше					
Наименование блюда 4 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак					
Яйцо отварное	50	5.1	4,6	0,3	63
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	7.92	17.2	32.2	316
Кофейный напиток	200	2.5	3.6	28.7	152
Батон	30	2,8	0,4	17	75
Сок	400				
ИТОГО		18,72	26,2	87,8	651
Обед					
Икра свекольная	100	1.2	2.4	8.4	59.2
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.7	6.3	15.9	147
Куриное филе тушеное в соусе	80/50	15.3	12	0.2	171
Рис отварной	180/6	3.6	6	36.7	228
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93
Хлеб	60	4.6	0.8	24.6	128.6
ИТОГО		28,9	29,7	126,9	911,8
ИТОГО за день		47,22	55,5	205,1	1517,8

Кладовщик Константинова Е.Н.

Е.Н. Константинова