

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 БОУ «Новочебоксарская  
 ОШ для обучающихся  
 с ОВЗ» Минобразования Чувашии  
 М.В. Никандрова



возрастная категория 7-11 лет

Меню на 11.01.2024

Наименование блюда 4 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Завтрак</b>					
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				
<b>ИТОГО</b>		<b>18,72</b>	<b>26,2</b>	<b>87,8</b>	<b>651</b>
<b>Обед</b>					
Салат из квашенной капусты	100	1.2	2.4	8.4	59.2
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/25	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
<b>ИТОГО</b>		<b>28,9</b>	<b>29,7</b>	<b>126,9</b>	<b>911,8</b>
<b>ИТОГО за день</b>		<b>47,22</b>	<b>55,5</b>	<b>205,1</b>	<b>1517,8</b>

возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда 4 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Завтрак</b>					
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				
<b>ИТОГО</b>		<b>18,72</b>	<b>26,2</b>	<b>87,8</b>	<b>651</b>
<b>Обед</b>					
Салат из квашенной капусты	100	1.2	2.4	8.4	59.2
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/25	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
<b>ИТОГО</b>		<b>28,9</b>	<b>29,7</b>	<b>126,9</b>	<b>911,8</b>
<b>ИТОГО за день</b>		<b>47,22</b>	<b>55,5</b>	<b>205,1</b>	<b>1517,8</b>

Кладовщик Константинова Е.Н. *Е.Н.*