

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

возрастная категория 7-11 лет

Меню на 10.10.2024

| Наименование блюда<br>3 день                         | Выход<br>(гр.) | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------------------------------------------|----------------|------------------|-------|----------|--------|
|                                                      |                | Белки            | Жиры  | Углеводы | ККал   |
| <b>Завтрак</b>                                       |                |                  |       |          |        |
| Бутерброд с сыром                                    | 30/25          | 1.1              | 9     | 6.8      | 115    |
| Каша пшеничная молочная с маслом                     | 150/5          | 4.5              | 6.15  | 24.9     | 178.5  |
| Компот из замороженных ягод                          | 200            | 0.2              | 0     | 15       | 58     |
| Фрукты                                               | Шт.            |                  |       |          |        |
| ИТОГО                                                |                | 5.8              | 15.15 | 46.7     | 351.5  |
| <b>Обед</b>                                          |                |                  |       |          |        |
| Салат из морской капусты                             | 60             | 0.96             | 2.6   | 9.3      | 66     |
| Борщ со сметаной из свежей капусты с тушкой цыпленка | 200/5/17,5     | 4.2              | 5.3   | 16.2     | 106    |
| Суфле рыбное                                         | 95/5           | 10.8             | 13.4  | 4.4      | 183    |
| Картофельное пюре                                    | 150/6          | 4.3              | 9.1   | 29.2     | 219    |
| Чай с лимоном                                        | 200/8          | 0.1              | 0     | 24.2     | 93     |
| Хлеб                                                 | 40             | 4.6              | 0.8   | 24.6     | 126    |
| Итого                                                |                | 24.96            | 31.2  | 107.9    | 793    |
| Итого за день                                        |                | 30.76            | 46.35 | 154.6    | 1144.5 |
| возрастная категория 12 лет и старше                 |                |                  |       |          |        |
| Наименование блюда<br>3 день                         | Выход<br>(гр.) | Пищевая ценность |       |          |        |
|                                                      |                | Белки            | Жиры  | Углеводы | ККал   |
| <b>Завтрак</b>                                       |                |                  |       |          |        |
| Бутерброд с сыром                                    | 30/25          | 1.1              | 9     | 6.8      | 115    |
| Каша пшеничная молочная с маслом                     | 200/5          | 4.5              | 6.15  | 24.9     | 178.5  |
| Компот из замороженных ягод                          | 200            | 0.2              | 0     | 15       | 58     |
| Фрукты                                               | Шт.            |                  |       |          |        |
| ИТОГО                                                |                | 5.8              | 15.15 | 46.7     | 351.5  |
| <b>Обед</b>                                          |                |                  |       |          |        |
| Салат из морской капусты                             | 100            | 0.96             | 2.6   | 9.3      | 66     |
| Борщ со сметаной из свежей капусты с тушкой цыпленка | 250/5/17,5     | 4.2              | 5.3   | 16.2     | 106    |
| Суфле рыбное                                         | 95/5           | 10.8             | 13.4  | 4.4      | 183    |
| Картофельное пюре                                    | 180/6          | 4.3              | 9.1   | 29.2     | 219    |
| Чай с лимоном                                        | 200/8          | 0.1              | 0     | 24.2     | 93     |
| Хлеб                                                 | 60             | 4.6              | 0.8   | 24.6     | 126    |
| Итого                                                |                | 24.96            | 31.2  | 107.9    | 793    |
| Итого за день                                        |                | 30.76            | 46.35 | 154.6    | 1144.5 |

Шеф-повар Павлинова Н.В. 