

УТВЕРЖДАЮ:

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

Меню на

возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда 7 день	Выход (гр.)	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак					
Яйцо отварное	50	5.1	4.6	0.3	63
Каша молочная «Дружба» с маслом	150/5	4.63	16.88	21.84	268
Кисель	200	0	0	30,6	112
Батон	30	2.8	0.4	17	75
ФРУКТ	ШТ.	0.12	0	20	81
ИТОГО		12.65	21.88	89.74	599
Обед					
Огурец свежий порционный	60	0,88	0,16	0,04	18,4
Суп гороховый с фрикадельками	200/24	6,3	6,6	22,5	167
Котлета рубленая из филе кур с соусом красным основным	80/50	14,9	108	14,5	216,8
Макароны отварные	150/5	5,1	9,2	34,2	220
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93
Хлеб	40	4,6	0,8	24,6	126
ИТОГО		31,88	128,76	120,04	841,2
ИТОГО за день		44,81	151,04	199,38	1401,2
Возрастная категория от 12 лет и старше					
Завтрак					
Яйцо отварное	50	5.1	4.6	0.3	63
Каша молочная «Дружба» с маслом	200/5	4.63	16.88	21.84	268
Кисель	200	0	0	30,6	112
Батон	30	2.8	0.4	17	75
ФРУКТ	Шт.	0.12	0	20	81
ИТОГО		12.65	21.88	89.74	599
Обед					
Огурец свежий порционный	100	0,88	0,16	0,04	18,4
Суп гороховый с фрикадельками	250/24	6,3	6,6	22,5	167
Котлета рубленая из филе кур с соусом красным основным	80/50	14,9	108	14,5	216,8
Макароны отварные	180/5	5,1	9,2	34,2	220
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93
Хлеб	60	4,6	0,8	24,6	126
ИТОГО		31,88	128,76	120,04	841,2
ИТОГО за день		44,81	151,04	199,38	1401,2
		Шеф-повар Павлинова Н.В. 			