

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



возрастная категория 7-11 лет

Меню на 20.10.2021

Наименование блюда 3 день	Выход (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.				
Слойка с творогом	100				
<b>ИТОГО</b>		<b>5.8</b>	<b>15.15</b>	<b>46.7</b>	<b>351.5</b>
<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
<b>Итого</b>		<b>24.96</b>	<b>31.2</b>	<b>107.9</b>	<b>793</b>
<b>Итого за день</b>		<b>30.76</b>	<b>46.35</b>	<b>154.6</b>	<b>1144.5</b>

возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда 3 день	Выход (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.				
Слойка с творогом	100				
<b>ИТОГО</b>		<b>5.8</b>	<b>15.15</b>	<b>46.7</b>	<b>351.5</b>
<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
<b>Итого</b>		<b>24.96</b>	<b>31.2</b>	<b>107.9</b>	<b>793</b>
<b>Итого за день</b>		<b>30.76</b>	<b>46.35</b>	<b>154.6</b>	<b>1144.5</b>

Шеф-повар Павлинова Н.В.