

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



возрастная категория 7-11 лет

Меню на 4 день

| 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 | 150/5 | 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 | | | | | |
| Салат из свеклы с грецким орехом | 60 | 1.2 | 2.4 | 8.4 | 59.2 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей | 200/25 | 2.7 | 6.3 | 15.9 | 147 |
| Куриное филе тушеное в соусе | 80/50 | 15.3 | 12 | 0.2 | 171 |
| Каша рисовая вязкая | 150/6 | 3.6 | 6 | 36.7 | 228 |
| Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 |
| Хлеб | 40 | 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 | 200 | | | | |
| ИТОГО | | 18,72 | 26,2 | 87,8 | 651 |
| Обед | | | | | |
| Салат из свеклы с грецким орехом | 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 |
| Каша рисовая вязкая | 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 |

Шеф-повар Павлинова Н. В.