

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

Меню на 16.01.2025

возрастная категория 7-11 лет

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 с черносливом	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

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 с черносливом	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.