



Утверждаю:
Директор МБОУ "Коровинская СОШ"
Н.П. Солдаткина
2021 год

Десятидневное меню питания учащихся МБОУ "Коровинская СОШ" (12-18 лет. ОВЗ)

День\ № р-ры	Наименование блюд 12 - 18 лет	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины			Минеральные вещества			
							B1	C	A	Ca	Mg	P	Fe
1 день	Завтрак												
54-3г- 2020	Макароны отварные с сыром	250	10,5	9,6	45,84	280,9	0,08	0,06	51,1	27,9	15	133	1
54-23гн- 2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,2	91,2	0,03	0,52	13,29	121	30,7	107	1,1
1	Бутерброд с маслом	50	2,03	8,6	0,44	129,1	0,05	0	0,05	62,2	8,9	46,6	0,65
ГОСТ 27842-88	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	0,13	0	0	0,05	14,1	35,1	1,05
	Итого за завтрак	550	19,4	22,77	78,38	608,4	0,29	0,58	64,44	211,15	68,7	321,7	3,8
	Второй завтрак												
17	Сок фруктовый	200	1	0,2	29,3	92	0,09	5,23	0	14	18	17	0,8
12	Печенье	30	3,7	5,9	27,4	177,5	0,08	0	11	29	20	90	2,1
42	Яблоко	162,7	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10	0	16	9	11	0,3
	Итого за второй завтрак	392,7	5,1	6,5	67	313,5	0,2	15,23	11	59	47	118	3,2
	Обед												
54-8з- 2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1	9,6	136	0,04	38,5	202,5	49,9	17,3	32	0,59
54-7с- 2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,13	4,45	15,5	160,05	0,12	1,46	0,07	67,4	27	102,6	2,76
54-12м- 2020	Плов с курицей	200	34	10,1	43,5	393,4	0,11	3	183,8	32	135	292	2,5
54-3гн- 2020	Чай с сахаром	180	1	0,2	29,3	92	0,09	5,23	0	17	18	17	0,8
ГОСТ 27842-88	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	0,13	0	0	0,05	14,1	35,1	1,05
ГОСТ 2077- 84	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,69	54,3	0,05	0	0	12,5	6	37,7	0,315
	Итого за обед	810	48,78	26,28	119,49	942,95	0,54	48,19	386,37	178,85	217,4	516,4	8,015
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1752,7	68,18	49,05	197,87	1551,35	0,83	48,77	450,81	390	286,1	838,1	11,815

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]