УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ПСОШ №2 ПМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А. Жалнина

**Меню** 19 сентября четверг

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование меню | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | К/ калории | Витамин С, мг | Номер рецептуры | | Цена |
| **Многодетные, малообеспеченные, опекаемые** | | | | | | | | | |
| Винегрет | 80 | 4,6 | 2,54 | 13,6 | 87,5 | 13,0 | | 30 | 95,00 |
| Суп гречневый | 250 | 2,68 | 2,6 | 12,75 | 102,5 | 7,23 | | 204 |  |
| Макароны отварные | 150 | 5,25 | 4,52 | 21,42 | 158,05 | 0,0 | | 688 |  |
| Рыба запеченная | 100 | 9,3 | 15,21 | 8,49 | 142,0 | 4,36 | | 230 |  |
| Сок фруктовый | 200 | 0,04 | 0 | 14,76 | 94,2 | 50,4 | | 78 |  |
| Вафли «Любимые» | 40 | 0,84 | 0,99 | 18,9 | 106,7 | 0,0 | | б/н |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | | 480 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | Итого:95,00 |
| **Бесплатное питание. *Обед*** | | | | | | | | | |
| Винегрет | 80 | 4,6 | 2,54 | 13,6 | 87,5 | 13,0 | 30 | | 95,00 |
| Макароны отварные | 150 | 5,25 | 4,52 | 21,42 | 158,05 | 0,0 | 688 | |  |
| Рыба запеченная | 100 | 9,3 | 15,21 | 8,49 | 142,0 | 4,36 | 230 | |  |
| Сок фруктовый | 200 | 0,04 | 0 | 14,76 | 94,2 | 50,4 | 78 | |  |
| Вафли «Любимые» | 40 | 0,84 | 0,99 | 18,9 | 106,7 | 0,0 | б/н | |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | 480 | |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 2,6 | 965 | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | Итого:95,00 |
| **ОВЗ 1-4 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | | |
| Плов с курагой | 150 | 10,11 | 13,51 | 39,03 | 332 | 0,0 | 113 | | 65,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,0 | 28,0 | 0,0 | 943 | |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | 480 | |  |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5,0 | 9,6 | 108,0 | 2,6 | 965 | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | Итого:65,00 |
| **ОВЗ 1-4 классы. *Обед*** | | | | | | | | | |
| Винегрет | 80 | 4,6 | 2,54 | 13,6 | 87,5 | 13,0 | 30 | | 95,00 |
| Суп гречневый | 250 | 2,68 | 2,6 | 12,75 | 102,5 | 7,23 | 204 | |  |
| Макароны отварные | 150 | 5,25 | 4,52 | 21,42 | 158,05 | 0,0 | 688 | |  |
| Рыба запеченная | 100 | 9,3 | 15,21 | 8,49 | 142,0 | 4,36 | 230 | |  |
| Сок фруктовый | 200 | 0,04 | 0 | 14,76 | 94,2 | 50,4 | 78 | |  |
| Вафли «Любимые» | 40 | 0,84 | 0,99 | 18,9 | 106,7 | 0,0 | б/н | |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | 480 | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | Итого:95,00 |
| **ОВЗ 5-11 классы. *Завтрак*** | | | | | | | | | |
| Плов с курагой | 250 | 10,11 | 13,51 | 39,03 | 332 | 0,0 | 113 | | 65,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 14,0 | 28,0 | 0,0 | 943 | |  |
| Хлеб | 60 | 3,68 | 1,28 | 25,08 | 128,64 | 0,0 | 480 | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | Итого:65,00 |
| **ОВЗ 5-11 классы. *Обед*** | | | | | | | | | |
| Винегрет | 80 | 4,6 | 2,54 | 13,6 | 87,5 | 13,0 | 30 | | 95,00 |
| Суп гречневый | 250 | 2,68 | 2,6 | 12,75 | 102,5 | 7,23 | 204 | |  |
| Макароны отварные | 150 | 5,25 | 4,52 | 21,42 | 158,05 | 0,0 | 688 | |  |
| Рыба запеченная | 100 | 9,3 | 15,21 | 8,49 | 142,0 | 4,36 | 230 | |  |
| Сок фруктовый | 200 | 0,04 | 0 | 14,76 | 94,2 | 50,4 | 78 | |  |
| Вафли «Любимые» | 40 | 0,84 | 0,99 | 18,9 | 106,7 | 0,0 | б/н | |  |
| Хлеб | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 0,0 | 480 | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | Итого:95,00 |
|  | | | | | | | | | |