ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 28.01.2021 г.

Утверждаю:

Директор :

ЗАВТРАК возрастная категория с 7-11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал
Омлет натуральный с маслом сливочным	140/5	48,38	7,8	6,8	20,35	186,9
Хлеб пшеничный с сыром	30/15	10,54	5,7	6,8	14,3	147
Какао с молоком	200	27,70	3,3	3,2	25,6	140
ИТОГО :		**86,62**	**16,08**	**16,8**	**60,25**	**473,9**

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА

Свекла тушеная с луком	100	19-23
Винегрет овощной с зеленым горошком	100/10	23-22
Салат из свежей капусты с зеленым горошком	100/10	19-59
Салат Мясной с зеленым горошком	100/10	31-76
Салат из соленых огурцов	100	21-48
Котлета из мяса птицы	50	28-42
Шницель по Биробиджански	90	58-31
Бифштекс рубленый из мяса птицы	53	50-11
Тефтели из мяса птицы	60/50	34-74
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/10	23-18
Рожки отварные с маслом	150/10	12-92
Сосиска в тесте	70/50	17-17
Булочка Домашняя	100	12-51
Сдоба с повидлом	100	15-70
Сдоба со сгущеным молоком вареным	100	24-82
Чай с сахаром	200	2-96
Компот из кураги	200	11-63
Хлеб	30	1-56

и.о.Директора : О.В.Селивёрстова

Зав.пр-вом : Л.А.Федоркова

Калькулятор : А.А.Ефименко

ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 28.01.2021 г.

Утверждаю:

Директор :

ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с 7-11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал
Омлет натуральный с маслом	140/5	48,38	7,08	6,8	20,35	186,9
Хлеб пшеничный с сыром	30/15	10,54	5,7	6,8	14,8	147
Какао с молоком	200	27,70	3,3	3,2	25,6	140
ИТОГО :		**86,62**	**16,08**	**16,8**	**60,25**	**473,9**
ОБЕД для детей с ОВЗ с 7-11лет						
Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Помидор свежий	60	9,12	0,27		1,89	11,25
Суп гороховый с мясом птицы	200/10	15,75	7,49	7,05	4,53	120,94
Тефтели из говядины	60/50	54,27	9,36	14,08	11,53	169,71
Рожки отварные	150	8,40	5,76	3,68	27,6	202,4
Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	2,60	2,8	0,75	14,25	87,5
Кисель плодово-ягодный	200	8,95	0,3	0	28	144
ИТОГО :		**99,09**	**25,98**	**25,56**	**87,8**	**735,8**

и.о .Директора : О.В.Селивёрстова
Зав.пр-вом : Л.А.Федоркова
Калькулятор : А.А.Ефименко

ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 28.01.2021 г.

Утверждаю:

Директор : Зильберман Н.А.



ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Омлет натуральный с маслом сливочным	200/5	68,14	11,05	10,2	32,99	253,5
Хлеб пшеничный с сыром	30/15	10,54	5,7	6,8	14,3	147
Какао с молоком	200	27,70	3,3	3,2	25,6	140
ИТОГО :		**106,38**	**20,5**	**20,2**	**72,89**	**540,5**
ОБЕД для детей с ОВЗ с12-18 лет						
Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Помидор свежий	100	15,2	0,6	0	4,2	19
Суп гороховый с мясом птицы	250/10	18,01	8,99	9,55	28,33	195,94
Тефтели из говядины	60/50	54,27	7,36	5,08	5,33	109,71
Рожки отварные	180	10,07	6,09	4,5	28,6	205,8
Хлеб пшеничный,ржаной	20/30	2,60	2,8	0,75	14,25	87,5
Кисель плодово-ягодный	200	8,95	0,3	0	28	144
ИТОГО :		**109,10**	**26,14**	**19,88**	**108,91**	**761,95**

и.о..Директора : О.В.Селивёрстова

Зав.пр-вом : Л.А.Федоркова

Калькулятор : А.А. Ефименко