ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 02.02.2021 г.

Утверждаю

Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК возрастная категория с 7-11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал
Тефтели рыбные	60/50	41,18	10,18	9,7	3,89	170,28
Картофельное пюре	150	18,66	3,4	5,2	20,1	136,3
Хлеб пшеничный	30	1,56	1,01	0,27	6,56	31,5
Компот из сухофруктов	200	6,29	0,5	0	30,2	129,8
ИТОГО :		**67,69**	**15,09**	**15,13**	**60,75**	**467,86**

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА

Салат из свежей капусты с зеленым горошком	100/10	19-59
Винегрет овощной с зеленым горошком	100/10	23-22
Салат из свежих овощей с маслом	100	14-49
Сала Мясной с зеленым горошком	100/10	31-76
Свекла тушеная	100	19-23
Капуста тушеная с мясом птицы	25/125	45-38
Котлета из мяса птицы	50	28-42
Плов из мяса птицы	25/100	35-94
Тефтели из мяса птицы	30/50	18-90
Рис отварной с маслом сливочным	150/10	16-02
Картофельное пюре с маслом	150/10	23-18
Рожки отварные с маслом	150/10	12-92
Сосиска в тесте	70/50	17-17
Сдоба со сгущеным молоком	100	24-83
Котлета в тесте	30/50	22-50
Чай с сахаром	200	2-96
Компот из кураги	200	11-63
Чай с сахаром разовый	200	3-72
Хлеб	30	1-56

и.о.Директор : О.В.Селивёрстова

Зав.пр-вом : Л.А.Федоркова

Калькулятор : А.А.Ефименко

ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 02.02.2021 г. Утверждаю:

Директор Зильберман Н.А.



ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с 7 -11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Тефтели рыбные	60/50	41,18	10,18	9,7	3,89	170,26
Картофельное пюре	150	18-66	3,4	5,2	20,1	136,8
Хлеб пшеничный	30	1,56	1,01	0,21	6,56	31,6
Компот из сухофруктов	200	6,29	0,5	0	30,2	129,8
ИТОГО :		67,69	15,09	15,13	60,75	467,86

ОБЕД для детей с ОВЗ С 7-11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Огурец свежий	60	8,11	0,36		1,35	6,75
Суп рыбный с перловкой	200/25	31,65	2,5	6,1	8,02	68,29
Гуляш из говядины	50/50	100,10	9,59	10,99	20,69	132,86
Рожки отварные	150	12,92	5,94	3,8	28,48	202,97
Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	2,6	2,8	0,75	14,25	87,5
Кисель плодово- ягодный	200	8,95	0,3	0	28	144
ИТОГО :		164,33	21,49	21,64	100,79	642,37

и.о. Директор : О.В.Селивёрстова

Зав.пр-вом : Л.А.Федоркова

Калькулятор : А.А.Ефименко

ШКОЛА №14 М Е Н Ю на 02.02.2021 г.

Утверждаю:
Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с12 -18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Тефтели рыбные	100/50	64-75	15,18	14-66	10,89	240,26
Картофельное пюре	180	22,39	4,2	5,5	29,6	142,8
Хлеб пшеничный	30	1,56	1,01	0,27	6,56	31,5
Компот из сухофруктов	200	6,29	0,5	0	30,2	129,8
ИТОГО :		**94-99**	**20,89**	**20,43**	**76,71**	**544,36**

ОБЕД для детей с ОВЗ с12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Огурец свежий	100	13,52	0,8		3	15
Суп рыбный с перловкой	250/25	34,21	3,6	7,5	8,55	175,29
Гуляш из говядины	100/50	197,01	13,59	14,99	37,5	194,5
Рожки отварные	180	10,07	6,09	4,5	28,06	197,8
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 :		**266,36**	**27,18**	**27,74**	**119,36**	**814,09**

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