ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 16.03.2021 г.

Утверждаю

Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК возрастная категория с 7 -11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал
Помидор свежий	60	9-12	0,27	0	1,89	11,25
Котлета рыбная	80	57-49	8,18	7,66	8,89	170,26
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/10	23-18	3,4	5,2	20,1	136,3
Хлеб пшеничный	30	1-56	1,01	0,27	5,65	31,5
Чай с сахаром с лимоном	200/7	4-61	0,1	0	15	58,2
ИТОГО :		**95-96**	**12,96**	**13,13**	**52,44**	**407,51**

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА

Салат Мясной с зеленым горошком	100/10	31-76
Свекла тушеная с луком	100	19-23
Суп лапша -домашняя с мясом птицы	250/10	21-38
Котлета из мяса птицы	50	28-42
Котлета рыбная	50	35-93
Тефтели из мяса птицы	30/50	18-90
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/10	23-18
Рис отварной с маслом	150/10	16-02
Рожки отварная с маслом сливочным	150/10	12-92
Плов с мясом птицы	50/150	66-90
Соус " Томатный "	50	3-09
Кисель плодово-ягодный	200	8-95
Компот из изюма	200	12-22
Хлеб	30	1-56

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

Школа № 14 Меню на 16.03.2021г Утверждаю

Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с 7- 11лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Помидор свежий	60	9-12	0,27	0	1,89	11,25
Котлета рыбная	80	57-49	8,18	7,66	8,89	170,26
Картофельное пюре с маслом сливочным	150/10	23-18	3,4	5,2	20,1	136,3
Хлеб пшеничный	30	1-56	1,01	0,27	6,56	31,5
Чай с сахаром с лимоном	200/7	4-61	0,1	0	15	58,2
ИТОГО :		**95-96**	**12,96**	**13,13**	**52,44**	**407,51**

ОБЕД для детей с ОВЗ с 7-11лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Суп лапша домашняя с картофелем с мясом птицы	200/10	18-45	11,42	10,2	30,5	272
Капуста тушеная с мясом птицы	50/150	36-19	11,25	14,4	27,55	243
Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	2-60	2,8	0,8	14,25	87,5
Кисель плодово-ягодный	200	8-95	0,3	0,00	28	144
ИТОГО :		**66-19**	**25,27**	**25,35**	**100,3**	**746,5**

и.о. Директор : О.В.Селивёрстова

Зав.пр-вом : Л.А.Федоркова

Калькулятор : А.А.Ефименко

ШКОЛА № 14 МЕНЮ НА 16.03.2021 г.

Утверждаю :

Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Помидор свежий	100	15-20	0,6	0	4,2	19
Котлета рыбная	100	71-86	9,5	8,6	17,1	224,3
Картофельное пюре с маслом сливочным	200/5	27-14	4,6	10,3	27,05	209,5
Хлеб пшеничный	30	1-56	1,01	0,27	6,56	31,5
Чай с сахаром с лимоном	200/7	4-61	0,1	0	15	58,2
ИТОГО :		**120-37**	**15,81**	**19,17**	**69,91**	**542,5**

ОБЕД для детей с ОВЗ с 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Суп лапша домашняя с картофелем с мясом птицы	250/10	21-38	12,62	12,1	38,37	319,08
Капуста тушеная с мясом птицы	50/200	45-02	12,25	15,8	34,55	263,4
Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	2-60	2,8	0,8	14,25	87,5
Кисель плодово-ягодный	200	8-95	0,3	0,0	28	144
ИТОГО :		**77-95**	**27,97**	**28,66**	**115,17**	**813,98**

и.о. Директор: О.В.Селивёрстова

Зав. пр-вом: Л.А.Федоркова

Калькулятор : А.А.Ефименко