ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 06.04.2021 г.

Утверждаю:
Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК возрастная категория с 7-11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Тефтели рыбные	90/50	60,23	14,19	13,72	10,18	224,28
Картофельное пюре	150	18,66	3,30	5,10	29,25	160,5
Хлеб пшеничный с сыром	20/10	7,03	4,77	3,30	15,33	112,4
Компот из сухофруктов	200	6,29	1,60	0	34	129,8
ИТОГО :	**515**	**92,21**	**23,86**	**22,12**	**88,76**	**626,98**

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
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 : К.Е. Сабирова

ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 06.04.2021 г.

Утверждаю:
Директор : Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК возрастная категория с 12-18 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	3,96	6,12	35,1	192,6
Хлеб пшеничный	40	2,08	3,24	0,4	20,44	100,4
Компот из сухофруктов	200	6,29	1,6	0	34	129,8
ИТОГО :	**570**	**95,51**	**23,98**	**21,18**	**100,43**	**663,06**

ОБЕД возрастная категория с 12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Огурец свежий	100	13,52	0,8	0	3	19
Суп рыбный с перловкой	250/25	34,21	9,5	7,75	22,1	164,85
Гуляш из мяса птицы	100/50	101,97	13,59	14,99	37,5	194,5
Рожки отварные	180	10,07	6,48	5,76	36	176,4
Хлеб пшеничный, ржаной	30/25	2,86	3,83	0,8	25,33	126,05
Кисель плодово- ягодный	200	8,95	0,27	0	28,7	144
ИТОГО :	**960**	**171,58**	**34,47**	**29,3**	**152,63**	**824,8**

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

ШКОЛА № 14 М Е Н Ю на 06.04.2021 г. Утверждаю:

Директор Зильберман Н.А.

ЗАВТРАК для детей с ОВЗ с 7 -11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Тефтели рыбные	90/50	60,23	14,19	13,72	10,18	224,28
Картофельное пюре	150	18,66	3,30	5,10	29,25	160,5
Хлеб пшеничный с сыром	20/10	7,03	4,77	3,30	15,38	112,4
Компот из сухофруктов	200	6,29	1,60	0	34	129,8
ИТОГО :	**515**	**92,21**	**23,86**	**22,12**	**88,76**	**626,98**

ОБЕД для детей с ОВЗ С 7-11 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Огурец свежий	60	8,11	0,48	0	1,8	11,4
Суп рыбный с перловкой	200/25	31,65	8,19	6,92	17,85	141,2
Гуляш из мяса птицы	90/50	92,26	13,43	13,99	28,97	186
Рожки отварные	150	8,4	5,4	4,8	30	147
Хлеб пшеничный, ржаной	30/30	3,64	4,11	0,90	27,33	136,2
Кисель плодово- ягодный	200	8,95	0,27	0	28,7	144
ИТОГО :	**825**	**153,01**	**31,88**	**26,61**	**134,65**	**765,8**

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

ШКОЛА №14 М Е Н Ю на 06.04.2021 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	3,96	6,12	35,1	192,6
Хлеб пшеничный	40	2,08	3,24	0,4	20,44	100,4
Компот из сухофруктов	200	6,29	1,6	0	34	129,8
ИТОГО :	**570**	**95,51**	**23,98**	**21,18**	**100,43**	**663,06**

ОБЕД для детей с ОВЗ с12-18 лет

Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	ккал.
Огурец свежий	100	13,52	0,8	0	3	19
Суп рыбный с перловкой	250/25	34,21	9,5	7,75	22,1	164,85
Гуляш из мяса птицы	100/50	101,97	13,59	14,99	37,5	194,5
Рожки отварные	180	10,07	6,48	5,76	36	176,4
Хлеб пшеничный, ржаной	30/25	2,86	3,83	0,8	25,33	126,05
Кисель плодово- ягодный	200	8,95	0,27	0	28,7	144
ИТОГО :	**960**	**171,58**	**34,47**	**29,3**	**152,63**	**824,8**

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