

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №14"**

МЕНЮ

для бесплатного питания детей - инвалидов и детей с ОВЗ обучающихся 5-11 кл.
на " 29 " января 2024 года

№	Приём пищи,	Масса	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц.	Витамины (мг)							
реп.	наименование блюда	порции	Б(г)	Ж(г)	У(г)	(ккал)	В 1	С	А	РР	Са	Mg	P	Fe
	Завтрак													
173	Каша вязкая молочная из пшениной кр.с	210	5,67	5,28	32,55	200,4	0,04		20	0,1	10,7	7,9	38,6	0,47
376	Чай с сахаром	215	0,2	0,02	15	60,98		0,03		0,02	11,1	1,44	2,77	0,09
15	Масло сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,001		40	0,11	2,4		3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
338	Яблоко сезонное калиброванное	110	0,44	0,44	10,78	48,84	0,033	11		0,22	17,6	9,9	12,1	2,42
	Итого:		8,86	13,30	76,39	460,70	0,12	11,03	60,0	0,95	49,0	29,54	83,70	3,62
	Обед													
101	Суп картофельный с рисом	250	1,98	2,74	14,58	90,90	0,10	8,25		1	23	25	62,5	0,88
278	Тефтели из говядины с соусом томатны	140	10,7	13,3	9,8	201,70	0	1,8		0,6	6,1	14,8	65,7	1,7
203	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,74	202,22	0,06		25,2	0,92	5,83	25,34	44,6	1,32
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41	0,018	24,99	101,76	0,018	0,36		0,45	28,64	3,60	13,86	1,13
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,76	0,22	11,32	54,3	0,034			0,14	7	9,4	31,6	0,78
	Итого:		23,94	22,008	110,36	735,27	0,26	10,4	25,2	3,61	77,77	88,44	245,49	6,43
	Итого за весь день		32,80	35,31	186,75	1196,0	0,39	21,4	85,2	4,6	126,8	118,0	329,2	10,1

Директор МКОУ СОШ №14

Повар – бригадир

Мед.работник

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ



Х.М.Янмурзаева

К.Б.Менлажиева

Х.И.Абдулхалимова