

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

МЕНЮ

для бесплатного питания детей - инвалидов и детей с ОВЗ обучающихся 5-11кл.
на " 23 " января 2023 года

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.ц. (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	P	Fe
	Завтрак													
234	Биточки рыбные из минтая	100	15,2	7,8	13,3	184,20	0,1	0,32	10	36,2	56,2	33,6	193,9	27,6
312	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,64	0,17	21,84	30,6	0,22	44,38	33,3	103,92	1,21
377	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	61,5		2,83		0,03	14,2	2,4	4,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		21,47	13,89	70,96	494,73	0,32	24,99	40,6	36,95	122,0	79,60	329,45	29,79
	Обед													
99	Суп из овошей	250	1,59	0,5	9,15	47,46	0,06	10,38		2,33	3,49	20,75	49,28	0,78
290	Птица тушеная в соусе сметан. с томат	140	16,3	14,79	5,13	218,83	0,07	3,04	54,9	5,06	58,3	22,1	136,8	1,47
302	Каша перловая рассыпчатая	180	5,34	4,16	28,02	170,88	0,01			0,98	23,2	22,8	185,9	1,04
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,018	24,99	101,72	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	1,32	0,24	6,68	34,16	0,034			0,14	7	9,4	31,6	0,78
	Итого за весь день		48,89	33,91	162,86	1152,2	0,6	38,8	54,9	9,46	127,83	88,95	444,67	5,82

Директор МКОУ СОШ №14
Повар – бригадир
Мед.работник



Х.М.Янмурзаева
К.Б.Менлажиева
Х.И.Абдулхалимова