

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

МЕНЮ

для бесплатного питания детей - инвалидов и детей с ОВЗ обучающихся 5-11кл.
на " 15 " января 2023 года

№	Приём пищи,	Масса	Пищевые. вещ-ва			Энерг.	Витамины (мг)							
р/п.	наименован. блюда	порц.	Б(г)	Ж(г)	У(г)	(ккал)	В 1	С	А	РР	Ca	Mg	P	Fe
	Завтрак													
174	Каша вязкая молочная из риса с м/с	260	7	8,3	50,9	306,3	0,01	1,43	25	0,76	75,4	43	132,1	0,6
377	Чай с лимоном	222	0,13	0,02	15,2	61,5		2,83		0,03	14,2	2,4	4,4	0,36
15	Сыр "Российский" (порциями)	15	3,48	4,43		53,79	0,00	0,1	39	0,03	132	5,25	75	0,15
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		13,08	13,06	84,03	505,98	0,06	4,4	64,0	1,32	228,8	60,95	238,73	1,73
	Обед													
101	Суп картофельный с пшеном	250	2,68	2,71	13,36	88,55	0,088	8,25		1,18	24,6	55,98	1,52	0,88
268	Биточки из говядины	90	13,2	21	12,3	291,00	0,001	0	0,1	3	4,5	25,5	96,1	2,6
203	Вермишель отварная	130	4,81	3,9	23,01	146,38	0,052		26	0,74	11,05	34,19	7,41	0,74
321	Капуста тушеная	50	1	1,6	4,7	37,2	0,010	8,6		0,87	27,7	20,07	10,33	0,4
376	Чай с сахаром	215	0,2	0	15,2	60,8		0,03		0,02	11,10	1,44	2,77	0,09
	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:		25,48	28,76	92,98	681,68	0,235	16,85	26,1	6,43	93,15	156,88	176,96	6,02
	Итого за весь день		39,40	42,82	177,01	1187,7	0,30	21,2	90,1	8,00	446,5	192,7	415,7	7,8

Директор МКОУ СОШ №14
Повар – бригадир
Мед.работник

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