

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

МЕНЮ

для бесплатного питания детей - инвалидов и детей с ОВЗ обучающихся 5-11кл.
на " 18 " января 2023 года

№	Приём пищи,	Масса	Пищевые вещ-ва			Энерг.п.	Витамины (мг)							
рек.	наименование блюда	порции	Б(г)	Ж(г)	У(г)	(ккал)	В 1	С	А	РР	Са	Mg	P	Fe
	Завтрак													
223	Запеканка из творога со сгущ.молоком	210	21,5	18	68,8	523,2	0,11	1,46	79,6	0,96	313,2	49,2	321,03	1,22
376	Чай с сахаром	215	0,2	0,02	15	60,98		0,03		0,02	11,1	1,44	2,77	0,09
338	Яблоко сезонное калиброванное (1шт)	140	0,56	0,565	13,72	62,16	0,042	14		0,28	22,4	12,6	15,4	3,08
	Итого:		22,26	18,59	97,52	646,34	0,15	15,5	79,60	1,3	346,7	63,24	339,20	4,4
	Обед													
88	Щи из св. капусты с картофелем	250	1,74	4,88	8,49	84,84	0,06	18,5		2,35	43,31	22,25	47,62	0,5
292	Плов из птицы	290	26,1	23	53,5	525,4	0,07	1,3	60,5	0,66	56,9	59,9	251,3	2,8
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:		32,03	28,448	111,59	830,51	0,232	20,16	60,5	4,1	143,05	105,45	371,61	5,83
	Итого за весь день		54,29	47,03	209,11	1476,9	0,38	35,6	140,1	5,4	489,8	168,7	710,8	10,2

Директор МКОУ СОШ №14
Повар – бригадир
Мед.работник



Х.М. Янмурзаева
Р.В. Менлажиева
Х.Т. Абдулхалимова