



Муниципальное  
бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 имени М. Горького»  
г.п. Средний Ахт, За



Погосова А.В.

## МЕНЮ

на 2024г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийн ость	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-7</b>							
<b>Завтрак 1</b>							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	ТТК 1,2,3,4,78/ 2021/2004	
Гуляш из филе птицы	100	9,2	12,7	0,5	156	337/2004	
Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	221	516/2004	
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,5	92	ТТК № 6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>19,0</b>	<b>19,6</b>	<b>78,0</b>	<b>564</b>		
<b>Завтрак 2</b>							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	81		
Чай с молоком №378	180	1,4	1,4	15,6	78,0	378/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>3,4</b>	<b>3,8</b>	<b>39,5</b>	<b>205</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>22,4</b>	<b>23,4</b>	<b>117,5</b>	<b>769</b>		<b>115,75</b>
<b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-7</b>							
<b>Завтрак 1</b>							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы)	100	2,2	0,7	12,8	30	ТТК 1,2,3,4,78/ 2021/2004	
Гуляш из филе птицы	100	9,2	12,7	0,5	156	337/2004	
Макаронные изделия отварные	180	5,3	6,2	35,3	221	516/2004	
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,5	92	ТТК № 6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>635</b>	<b>19,9</b>	<b>19,8</b>	<b>83,1</b>	<b>589</b>		
<b>Завтрак 2</b>							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	122		
Чай с молоком №378	180	1,4	1,4	15,6	78,0	378/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>310</b>	<b>4,2</b>	<b>4,8</b>	<b>46,7</b>	<b>246</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>24,1</b>	<b>24,6</b>	<b>129,8</b>	<b>835</b>		<b>115,75</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам: