



/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Каша ячневая	150		180,64	5,29	4,88	28,93
	гор.напиток	376М	Чай с сахаром	200		59,85	0	0	14,97
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						320,09	7,45	5,4	60,3
					19,11				
Обед	сладкое		Конфеты	100		27	4	34	21
	1 блюдо	200	Суп картофельный с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	486	Рыбная котлета	75		150	13,87	7,85	6,53
	гарнир	341М	Каша гречневая рассыпчатая	180		230,165	8,104	5,737	36,609
	гор.напиток	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					819,125	42,784	60,127	121,477
						64,54			

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран



/Аракчаа С.Т./

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

18.02.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша манная	200		158,64	6,24	6,1	19,7
	гор.напиток	395	Кофейный напиток	200		65	32,6	25	4,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						303,24	41	31,62	40,9
					19,11				
Обед	закуска	54М	Салат из свеклы	80		84,09	1,474	6,144	5,643
	1 блюдо	96М	Рассольник	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо								
	гарнир	319М	Картофельное пюре	180		172,814	3,911	5,641	26,476
	сладкое	274	Кисель	200		116,15	1,36	0	29,02
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					64,54	660,679	18,553	16,034





/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	93	Суп молочный с макаронными изделиями	200		205,64	6,6	8,2	26,3
	гор.напиток	376М	Чай с сахаром	200		39,912	0	0	2,983
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						19,11	325,152	8,76	8,72
Обед	сладкое		Печенье	255		450	7	18	65
	1 блюдо	81	Суп гороховый, картофельный	250		255,54	5,2	6,5	38,1
	2 блюдо	168	Каша молочная пшенная	200		227,84	32,8	30,1	32,9
	гарнир								
	напиток	388М	Напиток из плодов шиповника	200		76,75	0,68	0,28	14,65
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					64,54	1169,33	50	55,92





/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	301	Каша манная молочная	200		31,4	12,1	7,02	35
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		39,912	0	0	9,983
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						150,912	14,26	7,54	61,383
					19,11				
Обед	сладкое		Конфеты	100		27	4	34	21
	1 блюдо	200	Суп рыбный консервированный	225		119,62	7,071	4,053	13,674
	2 блюдо	234М	Рыба (котлета)	90		178,745	13,79	7,551	13,868
	гарнир	309М	Макаронные изделия отварные	180		85,51	3,88	3,1	10,198
	гор.напиток	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					655,585	36,941	52,844	101,738
					64,54				





/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Бутерброд ссыром	20		136	6,08	3,44	19
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		39,912	0	0	9,983
	хлеб				19,11	175,912	6,08	3,44	28,983
Обед	закуска								
	1 блюдо	103М	Суп картофельный с вермишелью	225		107,6	2,993	2,414	18,788
	2 блюдо								
	гарнир		Мандарины	100		114	1,8	0,24	26,1
	сладкое		Сок фруктовый	200		92	1	0,2	20
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.				64,54	472,8	10,113	3,894	97,688



/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	93	Суп молочный с мак.изделиями	200		205,64	6,6	8,2	26,3
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		399,12	0	0	9,983
	хлеб	376М	Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						<b>684,36</b>	<b>8,76</b>	<b>8,72</b>	<b>52,683</b>
					19,11				
Обед	1 блюдо	102М	Суп карт.гороховый с мясом	225		146,48	7,34	5,263	17,352
	2 блюдо	168	Каша молочн.пшеничная	225		227,84	32,8	30,1	32,9
	сладкое		Печенье	255		450	7	18	65
	гор.напиток		Чай каркаде	200		39,912	0	0	9,983
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					<b>1023,432</b>	<b>51,46</b>	<b>54,403</b>	<b>158,035</b>
						64,54			