

### Меню на 16 октября

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак для обучающихся с 1-4 класс, детей из ММС, ОВЗ</b>						
231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,8	8,6	2,4	132,2
326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,5	4,4	35,7	192,6
405	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0	0	17,4	68,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
38	яблоко	150	3,8	0,3	25,1	62
<b>Обед для ОВЗ</b>						
51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,6	6,1	3,2	69,1
94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	7,1	9,5	10,5	150,3
324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,3	5,0	18,7	133,5
314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,2	20,1	13,1	278,1
364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,2	1,7	1,8	23,9
430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	14,1	56,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,3	0,4	35,1	165,8
<b>Завтрак для обучающихся с 5-9 класс питающиеся на родит. взносы</b>						
231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,8	8,6	2,4	132,2
326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,5	4,4	35,7	192,6
405	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0	0	17,4	68,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
38	яблоко	150	3,8	0,3	25,1	62