

УТВЕРЖДАЮ
ИПТ Игнаткина Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ООШ №16
С.И. Митрофанов



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На « 11 » марта 2024 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды

Неделя 2 День 7 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. воды	ЭЦ ккал	
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	200	8,2	6,4	36,9	239,5	38,7
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	8,4
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	4,18
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	500	20,1	20,5	86,5	611,4	80,7
Итого за завтрак:		60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64	12,61
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное)	200	13,4	22,9	31,1	432,1	91,13
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:		830	22,4	27,1	101,2	786,1	160,8
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 2 День 7 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеб. воды	ЭЦ ккал	
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа пшеничная, молоко, масло сл.)	250	10,25	8	46,12	299,37	47,16
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	8,4
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	4,18
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	550	22,15	22,1	95,72	671,27	89,16
Итого за завтрак:		100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пш., яйца, вода, соль)	250	2,7	3,5	9,4	80	8,32
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное)	240	16	27,5	37,3	518,5	109,35
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:		970	26,7	32,5	114,4	914,9	186,59
Итого за завтрак:		150	7,1	6,9	25,1	189	33,67
	ПОДАНИК						
Поданик	КОЛАЧЬ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подсолнечное, сода)	200	3,8	3	24,4	141	17,48
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	350	10,9	9,9	49,5	330	51,15
Итого за поданик:							

* - допускается выдача мясных фруктов

** - допускается выдача мясных овощей

Приготовленные блюда готовятся с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и использование продуктов с разрыхляющими свойствами.