

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На « 15 » декабря 2023 год.

| Неделя 2 | | Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды | | | | | |
|-------------------|---|--|------------------|------|--------------|-------------|-----------|
| День 11 | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | | Цена, руб |
| Пятница | | | Белки | Жиры | Углевод ы | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное) | 150 | 15,5 | 8 | 37,2 | 294,1 | 36,28 |
| | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 10,64 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон) | 200 | 0,3 | 0,1 | 9,5 | 40 | 4,1 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 4,11 |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)* | 110 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 48,4 | 15,33 |
| Итого за завтрак: | | 500 | 18,6 | 16 | 72,4 | 518,8 | 70,46 |
| Обед | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)** | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 6,6 | 14,82 |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль) | 200 | 1,5 | 3,5 | 5,6 | 60 | 12,8 |
| | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подс., соль) | 100 | 14,9 | 18 | 30,5 | 299,8 | 55,39 |
| | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.) | 150 | 3,9 | 3,2 | 23,1 | 137,1 | 7,16 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство) | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 10,24 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 4,11 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 41,2 | 3,23 |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)* | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 52,8 | 16,73 |
| Итого за обед: | | 880 | 26,2 | 26 | 115 | 753,7 | 124,48 |
| Неделя 2 | | Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды | | | | | |
| День 11 | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | | Цена, руб |
| Пятница | | | Белки | Жиры | Углевод ы | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное) | 200 | 20,5 | 10,7 | 49,6 | 392,3 | 42,8 |
| | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство) | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 10,64 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон) | 200 | 0,3 | 0,1 | 9,5 | 40 | 4,1 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,8 | 2,74 |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)* | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 52,8 | 16,73 |
| Итого за завтрак: | | 550 | 22,9 | 18,8 | 80,8 | 598 | 77,01 |
| Обед | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)** | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 11 | 24,7 |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль) | 250 | 1,9 | 4,4 | 7 | 75 | 13,09 |
| | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подс., соль) | 110 | 16,4 | 19,8 | 33,6 | 329,9 | 65,8 |
| | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.) | 180 | 4,7 | 3,5 | 27,7 | 154,5 | 8,59 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство) | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 10,24 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 4,11 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | 20 | 1,6 | 0,3 | 8 | 41,2 | 6,46 |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)* | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 52,8 | 16,73 |
| Итого за обед: | | 1010 | 29,2 | 29 | 124,8 | 820,6 | 149,72 |
| Полдник | ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода) | 150 | 7,1 | 6,9 | 25,1 | 189 | 36,01 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок) | 200 | 3,8 | 3 | 24,4 | 141 | 17,48 |
| Итого за полдник: | | 350 | 10,9 | 9,9 | 49,5 | 330 | 53,49 |

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

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