

УТВЕРЖДАЮ
ИИЗ Никитин И.А.



...е меню основного (организованного) питания обучающихся,
ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов

№ 31 от 14 января 2024 г.

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

| Наименование блюда | Пищевые вещества | | | | | Цена, руб |
|--|------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| | Вес блюда, г | Белки | Жиры | Углеб. угле. | Щ. экв. | |
| Икра Кавачковая (орех. производство) | 60 | 1,1 | 5,3 | 4,6 | 70,8 | 19,8 |
| Омлет натуральный (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль) | 150 | 13,5 | 11,8 | 3,5 | 201,2 | 84 |
| Сокн овощные, фруктовые и ягодные (промышленное производство) | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 56 | 20,54 |
| Хлеб пшеничный (промышленное производство) | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 4,11 |
| Фрукты свежие (яблоко)* | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 13,64 |
| Пряники (промышленное производство)*** | 20 | 1,1 | 0,9 | 14,8 | 73,2 | 4,7 |
| Итого за завтрак | 560 | 19,4 | 18,5 | 67,7 | 545,4 | 147,09 |
| Обед | 60 | 0,8 | 3,7 | 4,8 | 54,6 | 3,99 |
| Салат из свеклы отварной (свекла, масло подсол., соль) | 200 | 5 | 2,9 | 11,7 | 92,6 | 11,71 |
| Суп картофельный с бобовыми (вода, картофель, горох душистый, морковь, лук репчатый, масло подсол., соль) | 110 | 11,1 | 13,8 | 11,4 | 204,6 | 42,37 |
| Тфтели мясные 1 вариант (мясо 1 кат., лук репчатый, круп. рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль) | 155 | 4,2 | 4 | 23,8 | 156,6 | 7,76 |
| Каша пшеничная вязкая (пшеница, вода, масло слив.) | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 1,55 |
| Чай с сахаром (вода, сахар, чай черный) | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,6 | 5,48 |
| Хлеб пшеничный (промышленное производство) | 40 | 1,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | 6,46 |
| Хлеб ржаной (промышленное производство) | 405 | 27,5 | 25,4 | 98,5 | 722,4 | 79,12 |

Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды

| Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | | Цена, руб |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | | Белки | Жиры | Углеб. угле. | Щ. экв. | |
| Икра Кавачковая (орех. производство) | 100 | 1,9 | 8,9 | 7,7 | 118 | 33 |
| Омлет натуральный (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль) | 200 | 16,6 | 13,4 | 4,6 | 268,2 | 94,05 |
| Сокн овощные, фруктовые и ягодные (промышленное производство) | 20 | 1 | 0,2 | 20,2 | 56 | 20,54 |
| Хлеб пшеничный (промышленное производство) | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,8 | 2,74 |
| Хлеб пшеничный (промышленное производство) | 20 | 1,5 | 0,3 | 8 | 41,2 | 3,23 |
| Хлеб ржаной (промышленное производство) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 15,91 |
| Фрукты свежие (яблоко)* | 20 | 0,6 | 0,7 | 15,5 | 70,8 | 3,17 |
| Вафли (промышленное производство)*** | 600 | 21,6 | 24,3 | 75,6 | 675 | 179,67 |
| Итого за завтрак | 100 | 1,4 | 6,1 | 7,6 | 91 | 6,61 |
| Обед | 250 | 6,3 | 3,6 | 14,6 | 115,8 | 14,67 |
| Салат из свеклы отварной (свекла, масло подсол., соль) | 110 | 11,1 | 13,8 | 11,4 | 204,6 | 42,37 |
| Суп картофельный с бобовыми (вода, картофель, горох душистый, морковь, лук репчатый, масло подсол., соль) | 150 | 4,9 | 4,7 | 30 | 181,8 | 9 |
| Тфтели мясные 2 вариант (мясо 1 кат., лук репчатый, круп. рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль) | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 1,55 |
| Каша пшеничная вязкая (пшеница, вода, масло слив.) | 45 | 2,4 | 0,4 | 22,3 | 105,1 | 6,36 |
| Чай с сахаром (вода, сахар, чай черный) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | 6,46 |
| Хлеб пшеничный (промышленное производство) | 145 | 7,4 | 11,6 | 82,4 | 385,8 | 34,87 |
| Хлеб ржаной (промышленное производство) | 200 | 1,3 | 1,2 | 17 | 85,4 | 16,28 |
| Итого за обед | 360 | 8,9 | 12,8 | 59,4 | 389,2 | 51,15 |
| Полдник | | | | | | |
| Блинчики (вода, мука, яйца, сахар, масло подсол., масло сл., соль) | 200 | 1,3 | 1,2 | 17 | 85,4 | 16,28 |
| Чай с молоком или сливками (вода, молоко, сахар, чай черный) | 360 | 8,9 | 12,8 | 59,4 | 389,2 | 51,15 |

* - допускается замена этих фруктов
 *** - допускается замена этих кондитерских изделий
 Приготовление пищи ведется с использованием водопроводной воды.
 Питание обучающихся осуществляется по принципам здорового питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, исключение вредных жиров и исключение продуктов с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИИЗ Никитин И.А.

И.А. Никитин

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ООШ №16
Симонович И.В.