

День 5 Неделя 1

Утверждаю

Директор школы

05.05 2024



Меню на 2024 год
Питание для учащихся с ОВЗ
Завтрак

| Наименование блюда | Масса | Масса | белки | белки | жиры | жиры | углеводы | углеводы | калории | калории |
|-------------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Оладьи со сгущенкой | 150 | 200 | 9,20 | 12,26 | 9,60 | 12,80 | 46,60 | 62,13 | 310,60 | 414,13 |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 30 | 7,02 | 7,02 | 5,80 | 5,80 | 0,00 | 0,00 | 109,10 | 109,10 |
| Фрукты (Груша) | 120 | 120 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 9,8 | 47 | 47 |
| Батон нарезной | 30 | 30 | 2,40 | 2,40 | 0,30 | 0,30 | 15,90 | 15,90 | 75,00 | 75,00 |
| Чай черный байховый с сахаром | 200 | 200 | 0,20 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 6,40 | 6,40 | 26,40 | 26,40 |
| Итого за Завтрак | 530,00 | 580,00 | 19,22 | 22,28 | 16,10 | 19,30 | 78,70 | 94,23 | 568,10 | 671,63 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| Винегрет с растительным маслом | 60 | 100 | 0,75 | 1,25 | 5,32 | 8,87 | 4,50 | 7,50 | 68,85 | 114,75 |
| Суп Полевой | 250 | 250 | 4,86 | 5,90 | 2,96 | 2,96 | 13,84 | 13,84 | 130,00 | 130,00 |
| Тефтели мясные паровые | 120 | 120 | 10,97 | 10,97 | 9,65 | 9,65 | 9,88 | 11,88 | 170 | 170 |
| Рис отварной | 200 | 250 | 4,79 | 4,79 | 7,21 | 7,21 | 48,55 | 48,55 | 278,30 | 278,30 |
| Чай каркаде | 200 | 200 | 0,10 | 0,10 | 0,03 | 0,03 | 11,00 | 11,00 | 35,00 | 35,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный | 30 | 30 | 2,50 | 2,50 | 0,50 | 0,50 | 12,70 | 12,70 | 66,10 | 66,10 |
| Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт | 30 | 30 | 2,40 | 2,40 | 0,30 | 0,30 | 14,60 | 14,60 | 72,60 | 72,60 |
| Итого за Обед | 890 | 980 | 26,37 | 27,91 | 25,97 | 29,52 | 115,07 | 120,07 | 820,85 | 866,75 |
| Итого за день | 1420 | 1560 | 45,59 | 50,19 | 42,07 | 48,82 | 193,77 | 214,30 | 1388,95 | 1538,38 |