

День 1 Неделя 1

Утверждаю

Директор школы



Меню на 2024 год  
Питание для учащихся с ОВЗ

30.09.2024

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	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
Каша рисовая молочная	200	250	47,22	6,42	8,02	4,90	6,12	33,97	42,46	205,60	257,00
Масло сливочное (порциями)	10	10	4,97	0,10	0,10	8,30	8,30	0,10	0,10	74,90	74,90
Сыр твердых сортов в нарезке	30	30	19,06	7,02	7,02	5,80	5,80	0,00	0,00	109,10	109,10
Батон нарезной	60	60	6,47	4,80	4,80	0,60	0,60	31,80	31,80	150,00	150,00
Чай черный байховый с сахаром	200	200	9,64	0,20	0,20	0,00	0,00	6,40	6,40	26,40	26,40
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500,00</b>	<b>550,00</b>	<b>87,36</b>	<b>18,54</b>	<b>20,14</b>	<b>19,60</b>	<b>20,82</b>	<b>72,27</b>	<b>80,76</b>	<b>566,00</b>	<b>617,40</b>

ОБЕД

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	100	12	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	300	15	2,15	2,58	6,10	7,32	12,97	15,57	115,42	138,51
Картофельное пюре	200	250	20	4,00	5,10	7,60	9,50	31,60	39,50	211,00	263,87
Птица, в соусе с томатом	100	100	35	14,40	14,40	11,00	14,00	3,20	3,20	222,10	222,10
Компот из плодов или ягод сушеных (шиповник)	200	200	10	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
<b>Итого за Обед</b>	<b>870</b>	<b>1010</b>	<b>98</b>	<b>26,46</b>	<b>28,43</b>	<b>25,70</b>	<b>31,90</b>	<b>107,20</b>	<b>119,22</b>	<b>822,42</b>	<b>907,18</b>
<b>Итого за день</b>				<b>45,00</b>	<b>48,57</b>	<b>45,30</b>	<b>52,72</b>	<b>179,47</b>	<b>199,98</b>	<b>1388,42</b>	<b>1524,58</b>