

День 5 Неделя 1

Утверждаю

Директор школы



**Меню на 2024 год**  
**Питание для учащихся с ОВЗ**  
**Завтрак**

*20.09.2024*

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
Котлеты из индейки п/ф	90	90	50,55	7,10	7,10	11,20	11,20	2,47	2,47	123,00	123,00
Макароны отварные	180	200	3,82	6,00	6,70	6,36	7,10	42,00	46,60	249,60	277,30
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	70	100	14,7	0,66	1,1	0,12	0,2	2,28	3,8	13,2	22
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	60	60	4,45	4,80	4,80	0,92	0,92	26,20	26,20	147,60	147,60
Компот из ягод (смородина)	200	200	13,84	0,30	0,30	0,10	0,10	8,40	8,40	35,40	35,40
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600,00</b>	<b>650,00</b>	<b>87,36</b>	<b>18,86</b>	<b>20,00</b>	<b>18,70</b>	<b>19,52</b>	<b>81,35</b>	<b>87,47</b>	<b>568,80</b>	<b>605,30</b>

**ОБЕД**

Винегрет с растительным маслом	60	100	12	0,75	1,25	5,32	8,87	4,50	7,50	68,85	114,75
Суп Полевой	250	250	15	4,86	5,90	2,96	2,96	13,84	13,84	130,00	130,00
Тефтели мясные паровые	120	120	35	10,97	10,97	9,65	9,65	9,88	11,88	170	170
Рис отварной	200	250	20	4,79	4,79	7,21	7,21	48,55	48,55	278,30	278,30
Чай каркаде	200	200	10	0,10	0,10	0,03	0,03	11,00	11,00	35,00	35,00
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>890</b>	<b>980</b>	<b>98</b>	<b>26,37</b>	<b>27,91</b>	<b>25,97</b>	<b>29,52</b>	<b>115,07</b>	<b>120,07</b>	<b>820,85</b>	<b>866,75</b>
<b>Итого за день</b>				<b>45,23</b>	<b>47,91</b>	<b>44,67</b>	<b>49,04</b>	<b>196,42</b>	<b>207,54</b>	<b>1389,65</b>	<b>1472,05</b>