

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ № 2000004



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «14» 12 2022-2023г.

Неделя первая.

День: среда.

Сезон: зимний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат из кукурузы (консервированной)	50	49,44	60	53,94
Тефтели (2-й вариант)	80	172,8	90	215
Каша гречневая вязкая	150	143,83	160	153,17
Компот из свежих плодов (2-й вариант) вишня	200	113,07	200	113,07
Хлеб пшеничный	25	56,99	30	68,39
Хлеб ржаной	20	34,8	30	52,2
Итого за завтрак:	525	570,93	570	655,77
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Борщ с капустой и картофелем	200	89,69	250	112,12
Салат из соленых огурцов с луком	60	36,98	100	61,63
Рулет с луком и яйцом	90	203,43	110	248,32
Пюре картофельное	150	146,7	180	176,33
Компот из смеси сухофруктов	200	131,73	200	131,73
Хлеб пшеничный	40	91,18	40	91,18
Хлеб ржаной	30	52,2	35	60,9
Итого за обед:	770	751,91	915	882,21
Итого за день:	1295	1322,84	1485	1537,98
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Пирожки печеные с картофелем	100	451	150	244,50
Кофейный напиток	200	379	200	142,20
Итого за полдник:	300	830	350	386,7

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.