

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «21» 12 2022-2023г.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ № 21 имени Г.С. Сидорова

Каневского района



Неделя первая.

День: вторник.

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 свеклы с огурцами солеными	60	52,48	70	61,26
Котлеты рыбные любительские с соусом томатным № 364(80/30)	80/30	115,2	120	125,02
Пюре картофельное	140	136,52	140	136,52
Масло (порциями)	7	52,36	10	74,8
Компот из смеси сухофруктов	200	131,73	200	131,73
Хлеб пшеничный	25	56,99	30	68,39
Хлеб ржаной	20	34,8	25	43,5
Итого за завтрак:	562	580,08	595	641,22
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
Суп с крупой и томатом	200	84,86	250	106,52
Салат витаминный (2-ой вариант)	60	68,31	100	113,84
Куляш с мясом из перловой крупы	200	274,84	200	274,84
Какао с молоком	200	141	200	141
Печенье	20	83,4	30	125,1
Хлеб пшеничный	30	68,39	30	68,39
Хлеб ржаной	25	43,5	25	43,5
Итого за обед:	735	764,3	835	873,19
Итого за день:	1297	1344,38	1430	1514,41
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники, в том числе ОВЗ		Школьники, в том числе ОВЗ	
	С 7 до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Сырники из творога	100	219	150	363,09
Чай с сахаром и лимоном	200	431	200	62,0
Итого за полдник:	300	650	350	425,1

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