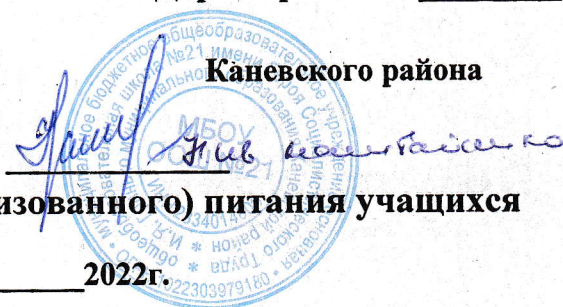


УТВЕРЖДАЮ
И.И. Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ 000004



М.Я. Чаушева

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На « 17 » 12 2022г.

Неделя вторая.

День: вторник.

Сезон: осенний

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 в порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Салат «Школьные годы» (капуста, помидор, огурец)	60	45,50	80	92,20	
Омлет натуральный	120	174,80	150	220,6	
Фрукты свежие (слива)	100	49,00	100	49,0	
Компот из свежих плодов	200	113,10	200	113,1	
Хлеб пшеничный	30	68,40	50	114,0	
Хлеб ржаной	30	52,20	25	43,5	
Итого за завтрак:	540	503,00	605	632,4	
Обед					
Наименование блюд	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 в порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Суп картофельный с клецками	200	125,11	250	156,8	
Овощи натуральные свежие (огурец)	60	8,10			
Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	100	154,10	100	153,9	
Картофель тушеный	150	214,15	180	257,4	
Чай с сахаром и лимоном	200	62,00	200	62,0	
Хлеб пшеничный	45	102,60	50	114,0	
Хлеб ржаной	30	52,20	40	69,6	
Яблоко			115	54,1	
Итого за обед:	785	718,61	935	867,8	
Полдник					
Наименование блюд	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 в порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Пирожки простые печеные из дрож. теста (с яблоком)	100	253,20	150	380,40	
Какао с молоком	200	90,70	200	90,70	
Итого за полдник:	300	343,90	350	471,1	
Итого за день:	1625	1565,51	1890	1971,3	

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