

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ № 00004



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся



На « 8 » 12 2022-2023г.

Неделя вторая.

День: четверг.

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 квашеной капусты	60	52,58	70	61,35
Котлеты рубленые из птицы	70	195,94	85	238,45
Каша ячневая вязкая	145	132,7	155	141,63
Сок яблочный	200	86	200	86
Хлеб пшеничный	25	56,99	35	79,78
Хлеб ржаной	25	43,5	25	43,5
Итого за завтрак:	525	567,71	570	650,71
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-лапша домашняя	200	87,21	250	109,13
Салат из моркови и яблок	60	45,05	100	74,45
Плов	180	362,69	220	443,16
Чай с лимоном	200	61,56	200	61,56
Фрукты свежие (яблоко)	120	56,4	35	79,78
Хлеб пшеничный	35	79,78	25	43,5
Хлеб ржаной	25	43,5	120	56,4
Итого за обед:	820	736,19	950	867,98
Итого за день:	1345	1303,9	1520	1518,69
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
Булочка домашняя	100	385,20	150	578,20
Кофейный напиток с молоком	200	142,20	200	106,00
Итого за полдник:	300	527,40	350	366,2

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