УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

_____ М.Я. Чаушева

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ООШ № 21
Каневского района

_____ Н.И. Колесниченко

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «18» 11 2022г.

Неделя первая.
День: понедельник.
Сезон: осенний

	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
Наименование блюд	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат „Школьные годы„ (капуста, помидор, огурец)	60	69,10	80	92,20
Плов из птицы	180	337,40	210	393,4
Чай с сахаром	200	59,30	200	59,3
Хлеб пшеничный	40	91,20	40	91,2
Хлеб ржаной	20	34,80	25	43,5
Итого за завтрак:	500	591,80	555	679,6

	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
Наименование блюд	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат из свеклы отварной	60	56,10	100	93,5
Суп-лапша домашняя	200	92,80	250	116,1
Котлеты (мясо 1 кат.) с соусом сметанным	90	184,20	100	205,0
Каша ячневая вязкая	160	140,60	180	158,1
Сок яблочный (пром. производство)	200	83,40	200	83,4
Хлеб пшеничный	50	114,00	60	136,8
Хлеб ржаной	25	43,50	45	78,3
Итого за обед:	785	714,60	935	871,2

	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники , в том числе ОВЗ	
	С 7 до 11 лет		От 12 и старше	
Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность порции	Масса порции, гр	Калорийность порции
Пирожки простые печеные из дрожж. теста (с яблоком)	100	253,20	150	380,40
Кефир 2,5 жир.	200	106,00	200	106,0
Итого за полдник:	300	359,20	350	486,4
Итого за день:	1585	1665,60	1840	2037,2

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