

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Наталья Александровна



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ  
*ИП Игнаткина Наталья Александровна*  
20.08.2023

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На «27» августа 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 2 День 9 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы	ЭЦ, ккал	
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	60	1,1	5,3	4,6	70,8	19,8
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	150	13,5	11,6	3,5	201,2	56,23
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,5	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
	ПРЯНИКИ (промышленное производство)*** <i>вафли</i>	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7
Итого за завтрак:		570	20,2	18,9	70,7	563,5	121,18
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подс., соль)	60	0,8	3,7	4,6	54,6	3,99
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	200	5	2,9	11,7	92,6	11,71
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,37
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	155	4,2	4	25,8	156,6	7,76
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за обед:		805	27,5	25,4	98,5	722,4	79,32
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя 2 День 9 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы	ЭЦ, ккал	
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	100	1,9	8,9	7,7	118	21,3
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	200	16,6	13,4	4,6	268,2	58,96
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8	3,17
Итого за завтрак:		660	23,6	24,1	75,6	675	113,88
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подс., соль)	100	1,4	6,1	7,6	91	6,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	250	6,3	3,6	14,6	115,8	11,81
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,37
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	180	4,9	4,7	30	181,8	9
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за обед:		925	30,5	29,3	111	818,9	83,99
Полдник	БЛИНЧИКИ (вода, мука, яйца, сахар, масло подс., масло сл., соль)	145	7,4	11,6	42,4	303,8	36,13
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200/15	1,5	1,2	17	85,4	27,94
Итого за полдник:		360	8,9	12,8	59,4	389,2	64,07

\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.