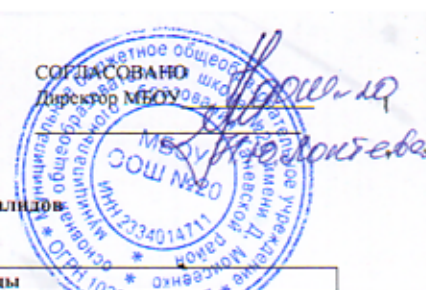


УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов
На «30» ноября 2023 год.

| Неделя 2 | | Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды | | | | | | |
|-------------------|---|--|--------------|------------------|------|---------------|----------|-----------|
| День 10 | Четверг | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | | Цена, руб |
| | | | | Белки | Жиры | Углевод. о-ды | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы) | | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | 8,4 | 7,48 |
| | ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль) | | 90 | 12,1 | 15,4 | 2,8 | 203,6 | 58,12 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль) | | 150 | 2,2 | 4,4 | 25,5 | 150 | 13,96 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство) | | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 19,52 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | | 20 | 1,5 | 0,1 | 10 | 47,4 | 1,36 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | 1,43 |
| Итого за завтрак: | | | 540 | 18,6 | 20,4 | 67,9 | 533,6 | 101,87 |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста б/к, лук зеленый, сахар, лимонная к-та, масло подс., соль) | | 60 | 0,9 | 3,1 | 5,3 | 53 | 5,65 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль) | | 200 | 1,8 | 4,2 | 13,1 | 97,7 | 9,05 |
| | 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 | 39,32 |
| | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ п (вода, крупа ячневая, масло сл., соль) | | 150 | 4,4 | 3,6 | 29,2 | 134,8 | 14,08 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та) | | 200 | 0 | 0 | 19,4 | 77,4 | 7,23 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | | 40 | 3,1 | 0,3 | 20,1 | 94,7 | 3,03 |
| Итого за обед: | | | 790 | 23,3 | 25,3 | 111,2 | 723,4 | 80,78 |
| Полдник | ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ (картофель, лук репчатый, мука пш., вода, сахар, дрожжи сухие, яйца, масло подс., соль) | | 110 | 5,6 | 2,8 | 33 | 179,3 | 25,72 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастеризованное) | | 200 | 5,9 | 5,1 | 9,8 | 110,5 | 27,94 |
| Итого за полдник: | | | 310 | 11,5 | 7,9 | 42,8 | 289,8 | 53,66 |
| Неделя 2 | | Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды | | | | | | |
| День 10 | Четверг | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | | Цена, руб |
| | | | | Белки | Жиры | Углевод. о-ды | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы) | | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,5 | 14 | 12,47 |
| | ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль) | | 100 | 13,4 | 17,7 | 3,4 | 248,9 | 61,58 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль) | | 180 | 2,6 | 5,3 | 30,6 | 180 | 16,75 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство) | | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,6 | 75,1 | 17,57 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 2,72 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | 1,43 |
| Итого за завтрак: | | | 620 | 22,1 | 23,7 | 82,7 | 653,5 | 112,52 |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста б/к, лук зеленый, сахар, лимонная к-та, масло подс., соль) | | 100 | 1,5 | 5,1 | 8,9 | 88,3 | 9,42 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль) | | 250 | 2,2 | 5,2 | 16,4 | 122,2 | 11,32 |
| | 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 | 43,05 |
| | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ п (вода, крупа ячневая, масло сл., соль) | | 180 | 5,3 | 4,3 | 35 | 161,8 | 16,9 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та) | | 200 | 0 | 0 | 19,4 | 77,4 | 7,24 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | 3,79 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | 2,4 |
| | Итого за обед: | | | 920 | 25,9 | 29 | 128,9 | 833,9 |
| Полдник | ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ (картофель, лук репчатый, мука пш., вода, сахар, дрожжи сухие, яйца, масло подс., соль) | | 160 | 8,2 | 4 | 48 | 260,8 | 27,62 |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастеризованное) | | 200 | 5,9 | 5,1 | 9,8 | 110,5 | 27,94 |
| Итого за полдник: | | | 360 | 14,1 | 9,1 | 57,8 | 371,3 | 55,56 |

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.