

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ № 20  
Локтева Н.Ю.



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**  
На «24» апреля 2024 год.

Неделя 1		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
День 3	Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб		
				Белки	Жиры	Углев. оды				
Завтрак	Среда	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	9,18		
		ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	38,97		
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	105	19,98		
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,24		
		КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23		
		<b>Итого за завтрак:</b>			600	18,8	18,7	66,1	489,2	95,95
Обед	Среда	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	60	0,7	0,1	4,4	23,6	9,51		
		РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	11,96		
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	13,3	17,5	29,8	430,9	89,33		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48		
		ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	25	2	0,4	10	51,5	4,04		
		<b>Итого за обед:</b>			20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7
		<b>Итого за завтрак и обед:</b>			745	22,4	23,5	113,1	858,4	145,1
Неделя 1		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
День 3	Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб		
				Белки	Жиры	Углев. оды				
Завтрак	Среда	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	100	0,7	0,1	1,9	11	15,31		
		ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	38,97		
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	4,9	7,2	10,4	126,1	24,01		
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,14		
		КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23		
		<b>Итого за завтрак:</b>			680	20,6	20	73,5	538,1	107,38
Обед	Среда	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	110	1,3	0,2	8,1	43,3	17,44		
		РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	250	2,6	5,1	13,3	109,5	14,94		
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	220	14,7	19,2	32,8	473,8	93,26		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48		
		ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46		
		<b>Итого за обед:</b>			20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7
		<b>Итого за завтрак и обед:</b>			880	26,1	26,5	128,5	973,8	162,36
Полдник	Среда	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (картофель, лук репчатый, мука пш., вода, сахар, дрожжи сухие, яйца, масло подс., соль)	160	8,2	4	48	260,8	26,35		
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастеризованное)	200	5,9	5,1	9,8	110,5	24,8		
<b>Итого за полдник:</b>			360	14,1	9,1	57,8	371,3	51,15		

\*\* - допускается выдача иных овощей

\*\*\* - 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.