

УТВЕРЖДАЮ  
И.И. Игнаткина



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ ООШ №20  
Локтева Н.Ю.



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На «27» февраля 2024 год.

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
День 8	Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб		
				Белки	Жиры	Углев. оды				
Завтрак		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	7,96		
		НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	100	10,8	10,2	13,6	276,6	50,27		
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37		
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	25	0,2	0,8	1,2	13	2,64		
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п (вода, яблоки, вишня замороз., сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45	4,16		
		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		
		<b>Итого за завтрак:</b>	<b>575</b>	<b>20,2</b>	<b>16,7</b>	<b>74,2</b>	<b>613,7</b>	<b>82,37</b>		
		Обед		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар)	60	0,6	3,7	4,5	53,4	6,65
				БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,8
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	100			12,8	4,1	5,9	112,6	31,57		
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)	180			3,9	11,8	29,4	239,9	19,02		
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200			0,2	0,2	23,8	98	20,08		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40			3	0,3	19,7	93,6	5,48		
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25			2	0,4	10	51,5	4,04		
<b>Итого за обед:</b>	<b>805</b>			<b>24</b>	<b>24</b>	<b>98,9</b>	<b>709</b>	<b>99,64</b>		
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
День 8	Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб		
				Белки	Жиры	Углев. оды				
Завтрак		ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	100	0,7	0,1	1,9	11	13,27		
		НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	110	11,9	11,2	15	304,3	55,87		
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65		
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,5	3,14		
		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п (вода, яблоки, вишня замороз., сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45	4,16		
		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>	<b>670</b>	<b>23,6</b>	<b>18,8</b>	<b>87,5</b>	<b>708,6</b>	<b>97,43</b>		
		Обед		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар)	100	1	6,1	7,5	89	11,08
				БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	16,09
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	100			12,8	4,1	5,9	112,6	31,57		
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)	200			4,3	13,1	32,6	266,1	21,14		
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200			0,2	0,2	23,8	98	20,08		
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		
<b>Итого за обед:</b>	<b>935</b>			<b>26,8</b>	<b>28,9</b>	<b>114,9</b>	<b>828,4</b>	<b>112,58</b>		
Полдник		ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоки, мука пш., вода, сахар, масло сл., яйца, соль, дрожжи)	150	8	6,8	44,8	273	26,35		
		КЕФИР (промышленное производство)	200	5,8	5	8	106	24,8		
		<b>Итого за полдник:</b>	<b>350</b>	<b>13,8</b>	<b>11,8</b>	<b>52,8</b>	<b>379</b>	<b>51,15</b>		

\*\* - допускается выдача иных овощей

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.