

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ООШ № 20
Доктова Н.Ю.



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов

На «20» мая 2024 год.

| Неделя I | Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды | | | | | | | | |
|-------------------|--|--------------------|--|------------------|------------------|------------|-----------|-----------|--------|
| | День I | Понедельник | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | Цена, руб | |
| Белки | | | | | Жиры | Углев. оды | ЭЦ, ккал | | |
| Завтрак | | | КАША вязкая молочная из риса и пшена(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар) | 200 | 7,6 | 9,6 | 31,9 | 245,9 | 37,73 |
| | | | СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство) | 15 | 3,5 | 4,4 | 0 | 53,7 | 6,28 |
| | | | ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный) | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 1,55 |
| | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 40 | 3 | 0,4 | 19,7 | 93,6 | 5,48 |
| | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | 25 | 2 | 0,4 | 10 | 51,5 | 4,04 |
| | | | ПРЯНИКИ п (промышленное производство)*** | 20 | 1,1 | 0,9 | 14,8 | 73,8 | 4,70 |
| | | | Итого за завтрак: | 500 | 17,4 | 15,8 | 85,7 | 533,7 | 59,78 |
| Обед | | | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)** | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 6,6 | 14,82 |
| | | | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМп (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль) | 200 | 1,5 | 3,5 | 5,6 | 60 | 12,80 |
| | | | 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 | 42,32 |
| | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль) | 150 | 5,6 | 5 | 29,6 | 184,5 | 11,37 |
| | | | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство) | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 20,54 |
| | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,6 | 5,48 |
| | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 61,8 | 4,84 |
| Итого за обед: | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 13,94 | | | |
| | | | | 330 | 25,5 | 23,8 | 109,3 | 741,1 | 126,11 |
| Неделя I | Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды | | | | | | | | |
| День I | Понедельник | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | Цена, руб | | |
| | | | | Белки | Жиры | Углев. оды | | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | | КАША вязкая молочная из риса и пшена(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар) | 250 | 9,5 | 12 | 39,9 | 307,5 | 40,88 |
| | | | СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство) | 15 | 3,5 | 4,4 | 0 | 53,7 | 6,28 |
| | | | 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) | 25 | 2 | 0,4 | 10 | 51,5 | 4,04 |
| | | | ПРЯНИКИ*** (промышленное производство) | 20 | 1,1 | 0,9 | 14,8 | 73,2 | 4,70 |
| | | | Итого за завтрак: | 550 | 19,3 | 18,1 | 93,7 | 658,2 | 62,93 |
| Обед | | | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)** | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 11 | 24,70 |
| | | | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМп (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль) | 250 | 1,9 | 4,4 | 7 | 75 | 16,09 |
| | | | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль) | 120 | 12,1 | 15 | 12,5 | 223,2 | 52,31 |
| | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль) | 180 | 6,7 | 5,9 | 35,5 | 221,4 | 13,65 |
| | | | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство) | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 20,54 |
| | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство) | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,6 | 5,48 |
| | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство) | 30 | 2,4 | 0,5 | 12 | 61,8 | 4,84 |
| Итого за обед: | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 13,94 | | | |
| | | | | 1020 | 28,3 | 26,8 | 118,4 | 816 | 151,55 |
| 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 | 24,80 |
| Итого за полдник: | | | | 150 | 13,8 | 11,8 | 52,8 | 379 | 51,15 |

* - допускается выдача иных фруктов.

** - 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.