

День 6 Неделя 2

Соласованно

Утверждаю

ИП Чернецкая С.Д. _____

Директор школы  Н.А.Хахалева

Меню на 2025 год
Питание для учащихся с ОВЗ

240325

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	белки	жиры	жиры	углеводы	углеводы	калории	калории
	7-11 лет	12-18 лет		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Омлет натуральный	200	250	48,67	7,02	8,7	5,04	6,3	35,6	44,5	225	281
Масло сливочное (порциями)	10	10	4,77	0,10	0,10	8,30	8,30	0,10	0,10	74,90	74,90
Сыр твердых сортов в нарезке	30	30	21,11	7,02	7,02	5,80	5,80	0,00	0,00	109,10	109,10
Батон нарезной	60	60	6,01	4,80	4,80	0,60	0,60	31,80	31,80	150,00	150,00
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	200	10,05	0,30	0,30	0,00	0,00	6,70	6,70	27,60	27,60
Итого за Завтрак	500,00	550,00	90,61	19,24	20,92	19,74	21,00	74,20	83,10	586,60	642,60

ОБЕД

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	100	12	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00
Суп картофельный с рисовой крупой	250	300	15	1,98	2,3	6,93	8,3	16,52	19,8	136,7	164
Биточки паровые	90	90	35	4,60	4,60	9,00	10,50	8,45	8,45	130,10	130,10
Пюре из бобовых с маслом	150	200	20	13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00
Компот из свежих плодов	200	200	10	0,16	0,16	0,16	0,16	23,88	23,88	97,60	97,60
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	810	950	98	25,61	30,81	23,70	28,88	112,62	128,82	765,30	884,40
Итого за день				44,85	51,73	43,44	49,88	186,82	211,92	1351,90	1527,00