

День 9 Неделя 2

Соласованно

Утверждаю

ИП Чернецкая С.Д. _____

Директор школы _____

Меню на 2025 год
Питание для учащихся с ОВЗ

2025



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
Плов с курицей	180	220	55,25	13,68	16,72	15,68	18,61	32,52	39,71	307,68	376,09
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	100	17,75	1,10	1,10	0,20	0,20	3,80	3,80	22,00	22,00
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,07	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Компот из плодов или ягод сушеных (шиповник)	200	200	15,54	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00
Итого за Завтрак	510,00	550,00	90,61	17,53	20,57	16,26	19,19	80,77	87,96	524,28	592,69

ОБЕД

Салат из квашенной капусты	60	100	12	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,45	51,42	85,70
Суп картофельный с горохом	250	300	15	3,60	3,90	6,50	7,80	12,10	13,60	121,00	136,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	200	20	8,20	11,00	6,50	8,70	42,80	57,00	262,50	349,90
Гуляш	100	120	35	4,90	5,79	8,50	9,50	4,02	4,75	115,00	136,00
Компот из смеси сухофруктов	200	200	10	0,60	0,60	0,00	0,00	22,70	22,70	93,20	93,20
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	820	980	98	23,22	27,89	25,30	31,80	113,99	133,80	781,82	939,50
Итого за день				40,75	48,46	41,56	50,99	194,76	221,76	1306,10	1532,19