

День 5 Неделя 1

Соласованно

ИП Чернецкая С.Д. _____

Утверждаю

Директор школы _____



Меню на 2025 год 1605.25
Питание для учащихся с ОВЗ

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
Котлеты рыбные в томатном соусе	90	90	44,04	8,24	8,24	10,40	10,40	11,60	11,60	180,60	180,60
Макароны отварные	180	200	5,51	6,00	6,70	6,36	7,10	42,00	46,60	249,60	277,30
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	70	100	17,75	0,66	1,1	0,12	0,2	2,28	3,8	13,2	22
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	60	60	4,13	4,80	4,80	0,92	0,92	26,20	26,20	147,60	147,60
Компот из ягод (смородина)	200	200	19,18	0,30	0,30	0,10	0,10	8,40	8,40	35,40	35,40
Итого за Завтрак	600,00	650,00	90,61	20,00	21,14	17,90	18,72	90,48	96,60	626,40	662,90

ОБЕД

Винегрет с растительным маслом	60	100	12	0,75	1,25	5,32	8,87	4,50	7,50	68,85	114,75
Суп Полевой	250	250	15	4,86	5,90	2,96	2,96	13,84	13,84	130,00	130,00
Тефтели мясные паровые	120	120	35	10,97	10,97	9,65	9,65	9,88	11,88	170	170
Рис отварной	200	250	20	4,79	4,79	7,21	7,21	48,55	48,55	278,30	278,30
Чай каркаде	200	200	10	0,10	0,10	0,03	0,03	11,00	11,00	35,00	35,00
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	890	980	98	26,37	27,91	25,97	29,52	115,07	120,07	820,85	866,75
Итого за день				46,37	49,05	43,87	48,24	205,55	216,67	1447,25	1529,65