

Утверждаю: ИП Байдарова Е.В.

Байдарова Е.В. _____

Директор МАОУСОШ№19

Богомолова Т.В. _____

**Примерное меню на обеспечение питанием
обучающихся с ограниченными возможностями
здоровья 2-ая смена (1-4 класс) 7-11 лет**

152,00

2024г.

		ДЕНЬ 5													
ОБЕД	№82	Бош с картофелем и сметаной	200\10	2,1	5,8	17,6	50,6	30,6	66	1,5	0,04	0,4	1,1	48,5	135
	№302	Гречка отварная	150	8,9	4,1	39,8	14,6	140	210	5,01	0	0,2	0,11	0	231,86
	№288	Птица,отварная в соусе	100	17,3	15	3,5	55,5	8,4	105,9	1,3	39,3	0,17	0,12	4,1	215
	№377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	14,2	2,4	4,4	0,36	0	0	0	0,03	62
		Хлеб ржано- пшеничный йодированный	2\25	4,6	0,6	23	70	24,8	83	1,6	5	0,2	0	0,2	115,8
		Итого:		33,03	25,52	99,1	204,9	206,2	469,3	9,77	44,34	0,97	1,33	52,83	759,66
ПОЛДНИК															
	№415	Крендель сахарный	100	0,2	0	21,2	3,4	1,6	2,2	0,18	4	4	0,004	1,4	80,6
		Фрукты свежие (яблоко или мандарин или банан)	1шт	0,4	0,4	9,8	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	10	47
		Итого:		0,6	0,4	31	19,4	10,6	13,2	2,38	4	4,03	0,024	11,4	127,6
	Всего итого:		33,63	25,92	130,1	224,3	216,8	482,5	12,15	48,34	5	1,354	64,23	887,26	
		ДЕНЬ 6													
ОБЕД	№88	Щи из свежей капусты со сметаной	200\10	2,4	6,75	12,2	54,9	30,1	62,4	1	0,04	0,1	0,08	38,6	119
	№280\593	Фрикадельки мясные с соусом	100	8,72	11,91	9,46	36,8	14,84	89,4	5,3	18,76	2,67	0,04	3,82	189
	№309	Макаронные изделия отварные	150	5,1	7,5	28,5	12	7,5	34,5	0,75	-	0,06	0,03	0	201,9
		Сок фруктовый	200	1		202	14	8	14	2,8	0	0,02	0,02	4	85
		Хлеб ржано- пшеничный йодированный	2\25	4,6	0,6	23	70	24,8	83	1,6	5	0,2	0	0,2	115,8
ПОЛДНИК															
		Кондитерское изделие	1шт	1,5	6,3	12,9	0	0	0	0	0	0	0	0	279
		Фрукты свежие (яблоко или мандарин или банан)	1шт	0,4	0,4	9,8	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	10	47
		Итого:		1,9	6,7	22,7	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	10	326
	Всего итого:		1,9	6,7	22,7	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	10	326	
		ДЕНЬ 7													
№ 102	Суп картофельный с горохом	200	5,49	5,27	16,5	42,7	35,6	88,1	2,05	-	0,23	0,07	5,8	148	

ОБЕД	№ 71	Овоши свежие порциями	30	4	0,08	1,52	8,4	8	10,4	0,36	0	0,02	0,016	7,02	8,88
	№289	Рагу из птицы	200	12,56	11,72	15,2	36,8	38,7	108,2	1,92	14,6	0,07	0,15	11,33	252
	№376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	11,1	1,4	2,8	0,28	0	0	0	0,02	60
		Хлеб пшеничный йодированный	2\25	4,6	0,6	23	70	24,8	83	1,6	5	0,2	0	0,2	115,8
ПОЛДНИК															
	№406	Пирог с картофелем	75	4,46	2,98	34,12	15,6	17,4	1,08	0,85	18	0,08	0,04	0,08	165
		Сок т\п	200	1	0,2	20,2	14	8	14	2,8	0	0,02	0,2	4	96
		Итого:		5,46	3,18	54,32	29,6	25,4	15,08	3,65	18	0,1	0,24	4,08	261
		Всего итого:		10,06	3,78	77,32	99,6	50,2	98,08	5,25	23	0,3	0,24	4,28	376,8
ДЕНЬ 8															
	№96	Рассольник"Ленинградский" со сметаной	200\10	3,37	8,12	15,25	37,6	35,37	70,87	1,16	-	0,11	0,07	10,5	184
ОБЕД	№302	Гречка отварная	150	8,9	4,1	39,8	14,6	140	210	5,01	0	0,2	0,11	0	231,86
	№278/593	Тефтели мясные с томатным соусом	100	6,88	16,49	9,99	22,8	16,71	86,6	5,24	18,4	0,19	0,06	0,91	226
	№344	Компот из яблок и слив	200	0,24	0,1	27,4	27,4	14,8	5,11	6,2	0,61	0	0,018	0,15	115
		Хлеб пшеничный йодированный	2\25	4,6	0,6	23	70	24,8	83	1,6	5	0,2	0	0,2	115,8
		Итого:		23,99	29,41	115,44	172,4	231,68	455,58	19,21	24,01	0,7	0,258	11,76	872,66
ПОЛДНИК															
		Сок т\п	200	1	0,2	20,2	14	8	14	2,8	0	0,02	0,2	4	96
		Фрукты свежие (яблоко или мандарин	1шт	0,4	0,4	9,8	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	10	47
		Итого:		1,4	0,6	30	30	17	25	5	0	0,05	0,22	14	143
		Всего итого:		25,39	30,01	145,44	202,4	248,68	480,58	24,21	24,01	0,75	0,478	25,76	1015,66
ДЕНЬ 9															
	№88	Щи из свежей капусты со сметаной	200\10	2,4	6,75	12,2	54,9	30,1	62,4	1	0,04	0,1	0,08	38,6	119

ОБЕД	№239	Тефтели рыбные с томатным соусом	100	6,61	6,44	9,41	51,05	16,28	97,9	0,5	14,8	0,06	0,05	1,15	122
	№312	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	36,96	27,75	86,6	1,01	0	0,14	0,11	1,36	137
		Витаминизированный напиток	200	0	0	24	0	0	0	0	130	0,3	0	20,1	95
		Хлеб ржано- пшеничный йодированный	2\25	4,6	0,6	23	70	24,8	83	1,6	5	0,2	0	0,2	115,8
		Итого:		16,67	18,59	89,05	212,91	98,93	329,9	4,11	149,84	0,8	0,24	61,41	588,8
ПОЛДНИК															
		Сок т\п	200	1	0,2	20,2	14	8	14	2,8	0	0,02	0,2	4	96
		Фрукты свежие (яблоко или мандарин или банан)	1шт	0,4	0,4	9,8	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	10	47
		Итого:													
	Всего итого:		16,67	18,59	89,05	212,91	98,93	329,9	4,11	149,84	0,8	0,24	61,41	588,8	
ДЕНЬ 10															
ОБЕД	№82	Боц с картофелем и сметаной	200\10	2,1	5,8	17,6	50,6	30,6	66	1,5	0,04	0,4	1,1	48,5	135
	№309	Макаронные изделия отварные	150	5,1	7,5	28,5	12	7,5	34,5	0,75	-	0,06	0,03	0	201,9
	№301/593	Кнели куриные с соусом томатным	100	11,7	17,48	4,43	50,4	12,7	77	1,07	91	0,035	0,105	3,43	220,5
	№123	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	0,2	0,8	17,4	7,52	6,2	6,6	0,3	0	0,006	0,004	70	115
		Хлеб пшеничный йодированный	2\25	4,6	0,6	23	70	24,8	83	1,6	5	0,2	0	0,2	115,8
	Итого:		23,7	32,18	90,93	190,52	81,8	267,1	5,22	96,04	0,701	1,239	122,13	788,2	
ПОЛДНИК															
	№410	Ватрушка с повидлом	75	4,46	2,98	44,12	15,6	17,4	42,8	1,08	18	0,08	0,04	0,08	222
		Сок т\п	200	1	0,2	20,2	14	8	14	2,8	0	0,02	0,2	4	96
		Итого:		5,46	3,18	64,32	29,6	25,4	56,8	3,88	18	0,1	0,24	4,08	318
	Всего итого:		29,16	35,36	155,25	220,12	107,2	323,9	9,1	114,04	0,801	1,479	126,21	1106,2	