

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ

Утверждаю  
Директор



24.09.25.

7 день

Согласовано

Директор

|                                                                                 |  |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|---------------------------------------------------------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                  |  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|                                                                                 |  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                         |  |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  |  | 60           | 0,90             | 4,30    | 3,75        | 57,70                         | 3/88        |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 |  | 90/30        | 9,00             | 8,70    | 20,20       | 205,60                        | 455/363     |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                                             |  | 150          | 3,99             | 4,50    | 17,72       | 125,90                        | 303         |                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                                       |  | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                               |  | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,90                         | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                                                            |  | 560          | 16,56            | 17,80   | 72,16       | 526,50                        |             |                  |
| Полдник                                                                         |  |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146                                                            |  | 100          | 8,90             | 9,50    | 31,50       | 220,10                        | 146         |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                                             |  | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                            |  | 300          | 9,10             | 9,50    | 46,50       | 278,10                        |             |                  |