

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

**Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет) ОВЗ**

| Наименование блюда                          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |               |                   | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------------|-------------------|----------------------------|----------------|
|                                             |              | Белки            | Жиры          | Углеводы          |                            |                |
| Неделя 1 День 4 Дата                        |              | 2026 Завтрак     |               |                   |                            |                |
| каша молочная манная                        | 250          | 10,1             | 10,6          | 25,63             | 217,9                      | 54-27к         |
| чай с сахаром                               | 200          | 0,2              | 0             | 14                | 28                         | 943            |
| батон с сыром и маслом                      | 40/5/14      | 6,33             | 8,02          | 19,74             | 177                        | 3              |
| Фрукт (банан)                               | 150          | 2,3              | 0,8           | 31,5              | 144                        |                |
| Итого:                                      | 659          | 18,93            | 19,42         | 90,87             | 566,9                      |                |
| Норма:                                      | 550          | 15,3-<br>22,95   | 17-25,5       | 74,04 –<br>111,06 | 544-680                    |                |
| Обед                                        |              |                  |               |                   |                            |                |
| винегрет овощной                            | 100          | 1,36             | 6,18          | 8,44              | 94,8                       | 45             |
| суп картофельный с макаронными<br>изделиями | 250          | 2,69             | 2,84          | 17,14             | 104,75                     | 208            |
| гуляш                                       | 100          | 14,35            | 14,79         | 2,89              | 221                        | 260            |
| картофельное пюре                           | 200          | 4,75             | 6,8           | 28,76             | 177                        | 312            |
| компот из свежих плодов                     | 200          | 0,2              | 0,2           | 22,33             | 110                        | 859            |
| хлеб ржано-пшеничный                        | 60           | 4                | 0,72          | 31,74             | 149,4                      |                |
| Итого:                                      | 910          | 27,35            | 31,53         | 111,3             | 856,95                     |                |
| Норма:                                      | 800          | 27-31,5          | 27,6-<br>32,2 | 114,9-<br>134,05  | 816-952                    |                |