

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

**Меню приготавливаемых блюд (7-11 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                        | 200          | 8,1              | 8,5             | 20,5              | 174,3                      | 54-27к         |
| чай с сахаром                               | 200          | 0,2              | 0               | 14                | 28                         | 943            |
| батон с сыром и маслом                      | 35/4/12      | 5,47             | 6,68            | 17,27             | 152                        | 3              |
| Фрукт (банан)                               | 150          | 2,3              | 0,8             | 31,5              | 144                        |                |
| Итого:                                      | 601          | 16,07            | 15,98           | 83,27             | 498,3                      |                |
| Норма                                       | 500          | 15,4 -<br>19,25  | 15,8 -<br>19,75 | 67-83,75          | 470 -587,5                 |                |
| Обед                                        |              |                  |                 |                   |                            |                |
| винегрет овощной                            | 60           | 0,82             | 3,71            | 5,06              | 56,88                      | 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                           | 150          | 3,04             | 3,77            | 23,8              | 141,6                      | 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:                                      | 820          | 25,1             | 26,03           | 102,96            | 783,63                     |                |
| Норма                                       | 700          | 23,1 -<br>26,95  | 23,7 -<br>27,65 | 100,5 -<br>117,25 | 765 - 823                  |                |