

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет) ОВЗ

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1		Дата		2026	Завтрак	
каша молочная гречневая	250	8,9	8,3	33,3	234,1	54-20к
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	28,5	144	
<b>Итого:</b>	659	17,73	17,12	95,54	583,1	
<b>Норма</b>	550	15,3- 22,95	17- 25,5	74,04 – 111,06	544-680	
Обед						
салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,8	17
суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,25	16,33	134,75	206
котлета	100	14,2	11,4	13,0	214,0	608
рожки отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	688
компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	22,33	110	859
хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,72	31,74	149,4	
<b>Итого:</b>	890	31,37	28,1	117,74	870,09	
<b>Норма</b>	800	27- 31,5	27,6- 32,2	114,9- 134,05	816-952	