

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет) ОБЗ

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3 Дата 2026 Завтрак						
макароны с сыром	250	15,6	14,7	35,1	346,1	54-3г
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 (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	368
Итого:	659	22,73	23,32	83,54	621,6	
Норма:	550	15,3-22,95	17-25,5	74,04 – 111,06	544-680	
Обед						
салат из свеклы	100	1,43	6,06	8,36	93,9	33
рассольник	250	2,1	5,11	16,59	120,75	197
капуста тушеная с мясом	280	26,56	19,26	8,25	328,74	428
какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959
хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,72	31,74	149,4	б/н
Итого:	890	37,61	34,87	90,43	837,99	
Норма:	800	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05	816-952	