

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

Меню приготавливаемых блюд (7-11 лет) ОВЗ

| Наименование блюда                          | Вес блюда | Пищевые вещества |              |                | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|-----------|------------------|--------------|----------------|-------------------------|-------------|
|   |           | Белки            | Жиры         | Углеводы       |                         |             |
| <b>Неделя 2 День 2 Дата 2026 Завтрак</b>    |           |                  |              |                |                         |             |
| Каша «Дружба»                               | 200       | 6                | 7,9          | 23,9           | 178                     | 54-16к      |
| батон                                       | 30        | 2,7              | 1            | 18,5           | 94,32                   | б/н         |
| чай с сахаром                               | 200       | 0,2              | 0            | 14             | 28                      | 943         |
| блины с маслом                              | 100/5     | 6,88             | 6,51         | 23,91          | 187,81                  | 399         |
| <b>Итого:</b>                               | 535       | 15,78            | 15,41        | 80,31          | 488,13                  |             |
| <b>Норма:</b>                               | 500       | 15,4 - 19,25     | 15,8 - 19,75 | 67-83,75       | 470 -587,5              |             |
| <b>Обед</b>                                 |           |                  |              |                |                         |             |
| салат из соленых огурцов с луком            | 60        | 0,52             | 3,07         | 1,57           | 35,88                   | 17          |
| щи из свежей капусты с картофелем и курицей | 250       | 2,1              | 7,44         | 23,48          | 139,2                   | 88          |
| плов с птицей                               | 200       | 16,9             | 15,5         | 35,7           | 381,63                  | 646         |
| компот из сухофруктов                       | 200       | 0,04             | 0            | 24,76          | 94,20                   | 868         |
| хлеб ржано-пшеничный                        | 60        | 4                | 0,72         | 31,74          | 149,4                   | б/н         |
| <b>Итого:</b>                               | 770       | 23,56            | 26,73        | 117,25         | 800,31                  |             |
| <b>Норма</b>                                | 700       | 23,1 - 26,95     | 23,7 - 27,65 | 100,5 - 117,25 | 765 - 823               |             |