

УТВЕРЖДАЮ
ИП Г.Г. Тыркина



Г.Г. Тыркина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №8
Ленинградского района



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «03» сентября 2021г.

Неделя первая.

День: пятница.

Сезон: осенне-зимний

Наименование блюд	Завтрак				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 11 лет и старше		
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Бутерброд с сыром	35	126,5	35	126,5	
Тефтели (2-ой вариант)	60/30	166,4	70/30	187,9	
Рагу из овощей	150	144,7	180	172,9	
Компот из свежих плодов (2-ой вариант)	200	53,1	200	53,1	
Яблоко	100	47	100	47	
Хлеб пшеничный	20	45,9	25	57,4	
Хлеб ржаной	20	40,8	25	51	
Итого за завтрак:	615	624,4	665	695,8	
Обед					
Наименование блюд	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 11 лет и старше		
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Борщ с капустой и картофелем	200	80,1	250	97,6	
Огурец свежий	60	8,4	80	11,2	
Рыба, тушенная в томате с овощами	110	119,5	120	130,3	
Пюре картофельное	150	145,2	180	166,9	
Бутерброд с сыром	35	126,5	35	126,5	
Какао с молоком	200	96,7	200	96,7	
Хлеб пшеничный	25	57,4	30	68,9	
Хлеб ржаной	25	51	30	61,2	
Итого за обед:	805	684,8	925	759,3	

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли, проводится С-витаминизация