

УТВЕРЖДАЮ
ИП Г.Г. Тыркина



Г.Г. Тыркина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №
Ленинградского район

С.М. Обухов

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

МЕНЮ

На «10» сентября 2021г.

Неделя вторая.

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
Салат из белокочанной капусты	60	53,8	80	71,7
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	108,6	120	130,3
Пюре картофельное	150	147	180	176,4
Сок яблочный	200	86	200	86
Печенье	25	104,3	35	146
Хлеб пшеничный	20	45,9	25	57,4
Хлеб ржаной	20	40,8	25	51
Итого за завтрак:	575	586,3	665	718,8
Наименование блюд	Обед			
	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
Запеканка из творога	60/10	186,4	70/10	212,6
Птица или кролик, тушенные в соусе	100	251,6	100	251,6
Икра свекольная	150	195	180	234
Компот из свежих плодов (2-ой вариант)	200	53,1	200	53,1
Хлеб пшеничный	25	57,4	30	68,9
Хлеб ржаной	25	51	30	61,2
Итого за обед:	770	874,6	870	979

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

