



13.03.2023г.

**Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	1	4	2	46	23
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	90	8	16	4	196	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5	21	146	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	12	64	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>81</b>	<b>696</b>	

**Ежедневное меню для учащихся 1-4 классов ОВЗ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	1	4	2	266	162
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	8	16	4	96	432
ЯБЛОКО	100	3	5	21	47	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1	17	88	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	10	113	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	<b>54</b>	<b>610</b>	
<b>обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	1	4	2	46	23
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7	3	13	107	87
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	90	8	16	4	196	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5	21	146	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	1	13	64	1/1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>85</b>	<b>690</b>	
<b>Итого:</b>		<b>43</b>	<b>60</b>	<b>139</b>	<b>1300</b>	



13.03.2023г.

**Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1	7	4	85	23
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	120	11	21	5	261	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4	6	26	176	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>21</b>	<b>35</b>	<b>88</b>	<b>760</b>	

**Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов ОВЗ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>завтрак</b>						
КАША ЖИДКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	300	10	14	42	343	162
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2	1	22	107	432
ЯБЛОКО	100	0	0	10	47	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	110	1/1
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6	5	11	113	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>106</b>	<b>720</b>	
<b>обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	120	1	7	4	85	23
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9	3	17	132	87
КОТЛЕТА СОЧНАЯ	120	11	21	5	261	474
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4	6	26	176	312
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	32	131	402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1	21	107	1/1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>30</b>	<b>38</b>	<b>105</b>	<b>892</b>	
<b>Итого:</b>		<b>52</b>	<b>59</b>	<b>211</b>	<b>1612</b>	