

Утверждаю: _____
Директор МБОУ БСОИИ
И.Г. Пономарев
« 01 » 09 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММАМ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО, СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В МБОУ БАЙКАЛЬСКАЯ СОШ С 12 ДО 18 ЛЕТ **ДЕТИ ОВЗ**

[illegible]

[illegible]

Цена блюда	День/неделя, № рецепта уры	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		В1	С	А(мг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак		ДЕНЬ 6													
25-60	165	Каша гречневая с маслом	200	11,32	8,73	51,12	328,00	0,37		32,00	0,80	21,24	268,90	174,66	6,01
54-86	120	Курица запеченная	130	34,91	12,60		221,26	0,144	3,17	63,47	2,53	27,12	254,96	30,44	2,10
12-00		Икра кабачковая	60	1,05	2,22	5,46	46,99	0,04	19,30		1,04	23,09	21,32	12,54	0,58
35-00		Фрукт	150	1,35	0,30	12,15	64,50	0,06	90,00		0,30	51,00	36,00	19,50	0,45
1-80		Хлеб	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
5-74		Чай с/с с лимоном	200/8	0,055	0,01	10,19	42,18		2,77		0,01	8,17	10,62	5,69	0,98
135-00	Итого:														
Завтрак		ДЕНЬ 7													
22-06		Каша пшенная с маслом	250	9,98	10,23	54,25	350,06	0,27	0,70	41,87	0,30	173,42	301,42	66,77	20,11
27-00		Сыр	30	6,14	6,90	0,74	90,00	0,02	0,24	68,30	0,16	300,00	192,00	13,50	0,30
13-14		Кофейный напиток	180	4,01	2,95	12,01	84,93	0,02	0,80	9,00		114,67	81,00	12,60	0,12
55-00		Фрукт	250	2,25	0,50	20,25	107,50	0,10	150,00		0,50	85,00	60,00	32,50	0,75
1-80		Хлеб	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
16-00		Пироженное	1/40	1,50	4,16	16,00	114,00								
135-00	Итого:														
Завтрак		ДЕНЬ 8													
35-00	131	Картофельное пюре	200	4,37	5,32	29,57	184,25	0,21	34,59	24,40	0,23	60,18	129,96	44,15	1,63
30-80	83	Котлета рыбная	120	10,61	7,17	13,82	163,15	1,08	0,39	13,50	2,71	57,29	162,38	38,70	0,98
8-40		Напиток их шиповника	200	0,78	0,55	25,67	107,47	0,02	0,8		1,10	32,00	29,2	21,00	0,69

Цена блюда	День/не деля, № рецепт уры	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге ти- ческая ценнос ть	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		В1	С	А(мгг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
1-80		Хлеб	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
24-00		Салат из морской капусты	60	0,05	5,00	3,50	61,00								
35-00		Пироженное	1/60	2,25	6,24	24,00	171,00								
135-00	Итого:														
Завтрак		ДЕНЬ 9													
15-20		Пюре гороховое	200	42,90	111,3 2	20,08	359,30	0,36				132,86			5,16
54-00		Котлета мясная	100	11,98	25,86	9,19	197,91	0,045	2,20		1,64	14,59	139,07	21,16	1,88
20-00		Сок	200	1,00		20,20	92,00	0,02	40,00		0,20	14,00	14,22	80,00	2,80
09-00		Овощи порционные	30	0,42	0,06	1,14	6,60	0,02	4,20		0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
1-80		Хлеб	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
35-00		Фрукт	200	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	120,0 0		0,40	68,00	48,00	26,00	0,60
135-00	Итого:														
Завтрак		ДЕНЬ 10													
20-20		Каша манная молочная	250	0,15	9,60	37,73	243,75	0,094	0,86			198,39			0,469
13-00		Какао на молоке	200	3,99	2,94	17,45	115,61	0,02	0,06	10,13	0,01	125,69	119,11	32,89	1,11
27-00		Сок т/п 200 мл.	1 шт.	1,00		20,20	92,00	0,02	40,00		0,20	14,00	14,22	8,00	2,80
14-00		Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00								
1-80		Хлеб	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
24-00		Фрукт	200	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	120,0		0,40	68,00	48,00	26,00	1,60
35-00		Шоколад	1,60	6,40	11,20	108,0	1,40	6,40	11,20						
135-00	Итого:														

ИТОГО: 10 дней- 1350 руб.00 коп.

1 день- 135 руб.00 коп.