

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МКОУ СОШ пос. Николаевка
 Партизанского муниципального района
 Кулриянова О.И.
 «09» февраля 2022 года.

Завтрак для организации питания детей 7-11 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
201	Рис отварной	150	3,1	4,6	44,3	218,0
145	Рыба, запеченная под овощами (минтай)	80 / 40	14,7	10,8	6,2	175,4
53	Закуска (морская капуста ж/б)	40	1,8	8,8	7,7	119,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого:	550	22,40	25,18	84,00	631,40
2 завтрак						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого:	200	5,6	5,0	9,4	104,0

Завтрак, обед для организации питания детей 7-11 лет с ОВЗ и детей –инвалидов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
201	Рис отварной	150	3,1	4,6	44,3	218,0
145	Рыба, запеченная под овощами (минтай)	80 / 40	14,7	10,8	6,2	175,4
53	Закуска (морская капуста ж/б)	40	1,8	8,8	7,7	119,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
2 завтрак :						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
	Итого:	200	5,6	5,0	9,4	104,0
обед						
35	Свекольник	200	1,93	6,34	10,05	104,16
196	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,9	4,7	37,2	190,8
171	Котлета мясная п/ф	80	15,0	5,0	9,58	143,75
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
53	Закуска (икра кабачковая)	40	1,8	8,8	7,7	119,0

Завтрак и обед для организации питания детей с ОВЗ и детей-инвалидов с 11 лет и старше

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
201	Рис отварной	180	4,1	5,6	45,3	219,4
145	Рыба, запеченная под овощами (минтай)	80 / 40	14,7	10,8	6,2	175,4
53	Закуска (морская капуста ж/б)	50	1,8	8,8	7,7	119,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
обед						
35	Свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16
196	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,5	7,4	45,0	252,4
171	Котлета мясная п/ф	80	15,0	5,0	9,58	143,75
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
53	Закуска (икра кабачковая)	50	1,8	8,8	7,7	119,0