

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ СОШ пос. Николаевка

Партизанского муниципального района

Кудряшова О.И.

«03» апреля 2023 года



**Меню ( завтрак ) для организации питания детей 7-11 лет МКОУ СОШ пос. Николаевка**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7
<b>завтрак</b>						
293	Вареники п/ ф с маслом	230 / 5	6,15	8,1	41,30	390,0
342	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 /10 /15	9,2	12,0	24,0	242,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44,0
	<b>Итого :</b>	<b>600</b>	<b>15,85</b>	<b>20,5</b>	<b>84,2</b>	<b>711,00</b>
<b>2 завтрак :</b>						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0

**Меню ( 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)
1	2	3	4	5	6	7
<b>завтрак :</b>						
293	Вареники п/ ф с маслом	230 / 5	6,15	8,1	41,30	390,0
342	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 /10 /15	9,2	12,0	24,0	242,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44,0
<b>2 завтрак :</b>						
	Молоко	200	5,6	5,0	9,4	104,0
<b>обед</b>						
82	Борщ с капустой картофелем, мясными консерв	200	3,3	6,6	11,9	107,2
201	Рис отварной	150	3,3	5,6	37,7	192,2
145	Рыба, запеченная под овощами (минтай)	80 / 40	14,7	10,8	6,2	175,4
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	40	1,8	8,8	7,7	119,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
271	Чай с лимоном	200/ 5	0,1	0	9,3	37,0

**Меню (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)
1	2	3	4	5	6	7
<b>завтрак :</b>						
293	Вареники п/ ф с маслом	250 / 5	7,15	9,1	42,30	491,2
342	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 / 10 / 15	9,2	12,0	24,0	242,0
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	44,0
<b>обед</b>						
82	Борщ с капустой картофелем, мясными консерв	250	3,3	6,6	11,9	107,2
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 (икра кабачковая ж/б)	50	1,8	8,8	7,7	119,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
271	Чай с лимоном	200/ 5	0,1	0	9,3	37,0