

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ» пос. Николаевка

Партизанского муниципального района

 Куприянова О.И.

«02» сентября 2024 года.

**Цикличное десятидневное меню (завтрак и обед) для организации
питания детей с ОВЗ и детей-инвалидов с 11 лет и старше Партизанского
муниципального района.**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7
1 день завтрак :						
93	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	230 / 5	6,9	9,4	38,12	265,2
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	16,7	84,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Итого :	475	9,7	10,35	63,92	384,2
1 день обед						
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
	Итого :	520	16,45	21,1	75,4	768,2
	Итого за день:	995	26,15	31,45	139,32	1152,4
2 день Завтрак :						
96	Каша манная молочная с маслом сливочным	230/5	9,5	7,4	45,0	280,4
639	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	16,7	84,0
	Итого :	445	11,5	7,45	91,5	457,4
2 день обед						
196	Каша гречневая	180	9,5	7,4	45,0	252,4
204	Тефтеля мясная	100	9,9	13,1	9,3	183,0
364	Соус томатный	20	0,2	1,8	2,1	22,3
15	Закуска (соленый огурец с луком)	60	1,8	0,05	4,9	65,0
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	16,7	84,0
	Итого :	570	24,40	23,4	107,8	707,7
	Итого за день:	1015	35,9	30,85	199,65	1165,1
3 день Завтрак :						
105	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	230/5	6,12	7,62	33,61	235,13
642	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0

255	Какао на молоке	200	3,1	3,1	17,9	111,0
Пром.	Яблоко свежее	150	0,4	0,4	9,8	44
	Итого:	545	15,5	18	64,7	600
	Итого за день:	795	19,1	27	106,8	865
7 день Завтрак :						
141	Каша овсяная с маслом	230/5	8,4	10,2	32,4	262
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Итого:	475	11,2	11,18	58,2	381
7 день обед						
332	Макаронны отварные с маслом	200 / 5	7,2	6,6	37,2	202,5
171	Котлета куриная п/ф	100	18,0	8,0	11	178
364	Соус белый	20	0,2	1,8	2,1	22,3
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	60	2,8	10,8	8,7	143,0
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого:	625	31,2	28,28	105,5	751,8
	Итого за день :	1155	49,7	52,48	173	1330,8
8 день Завтрак :						
311	Каша молочная кукурузная	230	7,8	19	34	343
639	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0
1	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,95	16,7	84,0
	Итого :	490	10,8	20,05	80,5	549
8 день обед						
259	Жаркое домашнему	280	32,9	34	30,8	497,0
145	Закуска (соленый огурец)	60	2,2	6,5	5,1	74,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
	Итого:	580	38,0	41,68	82,4	737
	Итого за день :	1070	48,8	61,73	162,9	1286
9 день						
93	Каша молочная вермишелевая	230	6,53	7,03	38,78	244,92
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
392	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
	Итого:	240	9,33	8,01	64,58	363,92
9 день обед						
171	Котлета куриная п/ф	100	15,0	5,0	9,5	143,75
216	Пюре картофельное	180	3,5	6,4	25,1	152,1
364	Соус томатный	20	0,2	1,8	2,1	22,3
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0
15	Закуска (зеленый горошек с луком)	50	1,8	0,05	4,9	55,0
255	Какао на молоке	200	3,1	3,1	17,9	111,0
	Итого:	554	26,3	17,33	76,2	568,15
	Итого за день:	794	35,63	25,34	140,78	932,07