

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневский район



Приймак И.Н.

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На « 1 » сентября 2022г.

Неделя первая.
День: четверг.
Сезон: осенний

	Завтрак				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
Наименование блюд	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Овощи натуральные (огурцы)	60	14,4	70	22,3	
Печень по-строгановски	90	150,4	105	162,1	
Картофельное пюре	150	169,4	150	169,4	
Капуста тушеная			30	12,3	
Компот из сухофруктов	200	131	200	131	
Хлеб пшеничный	40	94,1	50	132,28	
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4	
Фрукты свежие (яблоко)	115	45	115	45	
Итого за завтрак:	675	611,34	750	680	
	Обед				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
Наименование блюд	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Овощи натуральные (помидор)	60	14,4	100	18,75	
Суп картофельный с рыбой	200	74,16	250	85,6	
Плов с мясом	190	382	230	345,45	
Кисель из сока плодового или ягодного	200	115	200	115	
Кондитерское изделие	20	85,84	32	156,3	
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1	
Хлеб ржаной	25	49,5	40	79,8	
Итого за обед:	740	822,4	912	952	
	Полдник				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
Наименование блюд	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Рагу из овощей с соусом	160	177,92	200	233,28	
Хлеб ржаной	20	40,52	20	40,52	
Хлеб пшеничный	25	74,2	25	74,2	
Чай с сахаром	200	60	200	60	
Итого за полдник:	405	352,64	445	408	
Итого за день:		176,38		2040	

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневского района



Приймак И.Н.



меню основного (организованного) питания учащихся

На «2» сентября 2022г.

Неделя: первая
День: пятница.
Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции		
Каша молочная рисовая	200	229,4	250	272,2	
Бутерброд с сыром	50	140,5	65	195,1	
Хлеб ржаной	20	40,52	30	60,7	
Кофейный напиток на молоке	200	107	200	107	
Фрукты свежие (груша)	115	45	115	45	
Итого за завтрак:	585	562,42	660	680	
Наименование блюд	Обед				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции		
Суп с крупой с мясом	220	149,2	250	151,2	
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	170	356,7	280	412,24	
Чай с лимоном	200	60	200	60	
Масло сливочное порциями	10	76,8	10	79,8	
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1	
Хлеб ржаной	30	59,85	40	79,8	
Фрукты свежие (слива)	160	18,16	150	17,86	
Итого за обед:	835	822,21	990	952	
Наименование блюд	Полдник				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции		
Овощи натуральные (огурцы)	60	14,4	100	16,4	
Яйцо отварное, шт	1	63	1	63	
Хлеб пшеничный	25	74,2	25	74,2	
Кондитерское изделие	25	117,32	50	150,4	
Сок фруктовый	200	106	200	106	
Итого за полдник:	350	374,92	415	408	
Итого за день:		1759,55		2040	

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.



Приймак И.Н.



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На « ___ » _____ 2022г.

Неделя первая.

День: суббота.

Сезон: осенний

	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Наименование блюд				
Салат из сырых овощей	60	35,47	80	44,34
Плов из птицы	180	258,7	225	291,9
Какао с молоком	200	134	200	134
Хлеб пшеничный	40	118,72	50	148,4
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Итого за завтрак:	500	587,41	585	680,04
	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Наименование блюд				
Салат из отварной свеклы	60	62,1	100	80,7
Суп-лапша домашняя	200	107	250	117,9
Котлеты, биточки, шницели со сметанным соусом	90	208,1	120	226,2
Каша ячневая вязкая	150	198,1	180	210,3
Сок фруктовый	200	86	200	86
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	25	49,5	45	79,8
Итого за обед:	770	812,3	955	952
	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники, в том числе ОВЗ	
	С 7 до 11 лет		От 12 и старше	
	Масса порции, гр	Калорийность порции	Масса порции, гр	Калорийность порции
Наименование блюда				
Блинчики с джемом	150	220,56	170	276,05
Кисломолочный продукт	200	96,8	200	96,8
Фрукты свежие	130	35,15	130	35,15
Итого за полдник:	480	352,51	500	408
Итого за день:		1752,22		2040,04

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневский район



Приймак И.Н.

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «__» _____ 2022г.

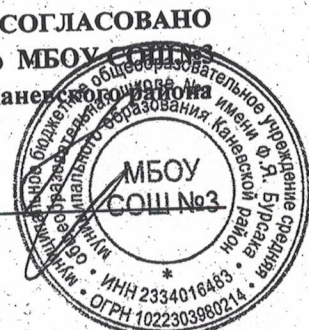
Неделя вторая
День: понедельник.
Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Овощи натуральные (помидор)	60	14,4	70	22,3
Шницель рубленый с соусом сметанным	90	130,9	105	130,9
Макаронные изделия отварные	150	172,5	150	172,5
Капуста тушенная			30	12,3
Хлеб пшеничный	40	94,1	50	148,4
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Сок фруктовый	200	136	200	136
Итого за завтрак:	560	588,42	635	683,8
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Бутерброд с сыром	55	152,2	67	156,2
Суп картофельный с бобовыми	200	171	250	169,8
Голубцы ленивые	200	216,24	250	266,78
Компот из сухофруктов	200	131	200	131
Хлеб пшеничный	40	90,66	50	148,4
Хлеб ржаной	30	61,4	40	79,8
Итого за обед:	725	822,5	587	951,98
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Овощи свежие (огурцы)	60	14,4	100	22,06
Тефтели рыбные	120	149,73	120	149,73
Хлеб пшеничный	25	74,2	45	120,06
Чай с молоком	180	81	200	85
Фрукты свежие	100	33,15	130	35,15
Итого за полдник:	485	352,48	595	408
Итого за день:		1763,4		2043,78

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневский район



Приймак И.Н.

меню основного (организованного) питания учащихся

На «__» _____ 2022г.

Неделя вторая.

День: вторник.

Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат из сырых овощей	60	35,47	80	44,34
Омлет с мясом птицы	155	344,9	170	369,48
Фрукты свежие (яблоко)	117	12,5	117	12,5
Чай с сахаром	200	60	200	60
Хлеб пшеничный	40	94,1	50	132,28
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Итого за завтрак:	592	587,49	647	680
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Овощи натуральные (огурцы)	60	14,4	100	18,75
Борщ с капустой и картофелем	200	105	250	115
Печень по-строгановски	120	313,69	100	259,3
Картофельное пюре	150	174,2	180	179,4
Сок фруктовый	200	86	200	86
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	30	59,85	45	79,9
Фрукты свежие (груша)	160	18,16	160	18,16
Итого за обед:	965	818,41	1095	942
Наименование блюд	Подник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Оладьи с джемом	100	237,8	150	290
Компот из свежих плодов и ягод	200	115	200	115
Итого за полдник:	300	352,8	350	405
Итого за день:		1758,7		2027

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3

Калевский район



Приймак И.Н.



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «__» _____ 2022г.

Неделя вторая.

День: среда.

Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность в порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Каша пшеничная вязкая с маслом	150	235,2	180	255,1
Рыба, тушеная в томате с овощами	130	95,8	150	103
Хлеб пшеничный	25	74,2	55	148,4
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Кисломолочный продукт	180	112,1	200	114,1
Итого за завтрак:	505	587,5	615	680
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность в порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Сыр порциями	15	51,45	15	51,45
Суп картофельный с мясными фрикадельками	240	110,2	250	115,2
Рагу из птицы	190	258,9	280	297,85
Какао с молоком	200	186	200	186
Кондитерское изделие	15	52,1	20	110,6
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	30	59,85	40	79,8
Итого за обед:	735	820	865	952
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность в порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Макаронные изделия отварные с сыром	150	161	200	218,8
Бутерброд с маслом сливочным	35	110,2	35	110,2
Чай с молоком	200	81	200	81
Итого за полдник:	385	352,2	435	408
Итого за день:		1759,7		2040

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3



Чаушева



Приймак И.И.

Основное меню основного (организованного) питания учащихся
На «__» _____ 2022г.

Неделя вторая.
День: четверг.
Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат из белокочанной капусты	60	33,76	70	39,1
Жаркое по-домашнему	205	302,9	250	316,1
Хлеб пшеничный	40	94,1	50	148,4
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Кисель из сока плодового или ягодного	200	115	200	115
Итого за завтрак:	525	586,28	600	680
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Суп-лапша домашняя	200	107	250	119
Гуляш из отварного мяса	120	317,1	120	317,1
Рагу из овощей	150	143,2	180	189,5
Сок фруктовый	200	86	200	86
Фрукты свежие (яблоко)	160	18,16		
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	25	49,5	45	89,3
Итого за обед:	900	822,46	855	952
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Каша молочная «Дружба»	150	169,59	200	224,8
Булочка «Школьная»	50	92,1	50	92,1
Кофейный напиток на молоке	200	91,10	200	91,1
Итого за полдник:	400	352,79	450	408
Итого за день:		1761,53		2040

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Канелеева С.В.



Приймак И.Н.

меню основного (организованного) питания учащихся

На « ___ » _____ 2022г.

Неделя вторая.
День: пятница.
Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Салат из белокочанной капусты	60	33,76	70	35,1	
Рыба, тушеная в томате с овощами	130	95,8	150	103	
Картофельное пюре	150	169,4	120	135,86	
Хлеб пшеничный	40	94,1	50	148,4	
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4	
Кисломолочный продукт	200	57,4	200	57,4	
Булочка ванильная	50	97,56	60	97,56	
Итого за завтрак:	600	588,54	650	680	
Наименование блюд	Обед				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Суп картофельный с бобовыми	200	205,3	250	256	
Омлет с мясом	150	370,8	280	388,49	
Сыр порциями			10	49,45	
Чай с сахаром	200	60	200	60	
Фрукты свежие (груша)	160	18,16	160	18,16	
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1	
Хлеб ржаной	30	59,85	40	79,8	
Итого за обед:	785	815,61	1000	952	
Наименование блюд	Полдник				
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ		
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше		
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции	
Запеканка пшеничная со свежими плодами	150	192,3	200	239,1	
Хлеб пшеничный	25	74,2	25	74,2	
Сок фруктовый	180	86	180	86	
Итого за полдник:	355	352,5	405	399,3	
Итого за день:		1756,65		2031,3	

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные продукты.



Приймак И.Н.



меню основного (организованного) питания учащихся

На «__» _____ 2022г.

Неделя: _____

День: суббота.

Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Каша молочная рисовая	200	229,4	250	272,2
Бутерброд с сыром	50	140,5	65	195,1
Хлеб ржаной	20	40,52	30	60,7
Кофейный напиток на молоке	200	107	200	107
Фрукты свежие (груша)	115	45	115	45
Итого за завтрак:	585	562,42	660	680
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Суп с крупой с мясом	220	149,2	250	151,2
Рыба, запеченная с картофелем порусски	170	356,7	280	412,24
Чай с лимоном	200	60	200	60
Масло сливочное порциями	10	76,8	10	79,8
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	30	59,85	40	79,8
Фрукты свежие (слива)	160	18,16	150	17,86
Итого за обед:	835	822,21	990	952
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Овощи натуральные (огурцы)	60	14,4	100	16,4
Яйцо отварное, шт	1	63	1	63
Хлеб пшеничный	25	74,2	25	74,2
Кондитерское изделие	25	117,32	50	150,4
Сок фруктовый	200	106	200	106
Итого за полдник:	350	374,92	415	408
Итого за день:		1759,55		2040

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневского района



Приймак И.Н.

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На « » _____ 2022г.

Неделя первая.

День: понедельник.

Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат из сырых овощей	60	35,47	80	44,34
Плов из птицы	180	258,7	225	291,9
Какао с молоком	200	134	200	134
Хлеб пшеничный	40	118,72	50	148,4
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Итого за завтрак:	500	587,41	585	680,04
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Салат из отварной свеклы	60	62,1	100	80,7
Суп-лапша домашняя	200	107	250	117,9
Котлеты, биточки, шницели со сметанным соусом	90	208,1	120	226,2
Каша ячневая вязкая	150	198,1	180	210,3
Сок фруктовый	200	86	200	86
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	25	49,5	45	79,8
Итого за обед:	770	812,3	955	952
Наименование блюда	Полдник			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники, в том числе ОВЗ	
	С 7 до 11 лет		От 12 и старше	
	Масса порции, гр	Калорийность порции	Масса порции, гр	Калорийность порции
Блинчики с джемом	150	220,56	170	276,05
Кисломолочный продукт	200	96,8	200	96,8
Фрукты свежие	130	35,15	130	35,15
Итого за полдник:	480	352,51	500	408
Итого за день:		1752,22		2040,04

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневская Г.И.



Приймак И.Н.

Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На « » _____ 2022г.

Неделя первая.
День: вторник.
Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Запеканка творожная с соусом молочным	150	315,9	210	377,3
Бутерброд с сыром	40	120,84	62	131
Чай с сахаром	200	65,2	200	65,2
Хлеб ржаной	20	40,52	30	61,4
Фрукты свежие (яблоко)	115	45	115	45
Итого за завтрак:	525	587,46	617	680
Наименование блюд	Обед			
	Школьники в том числе ОВЗ		Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Овощи натуральные (огурцы)	60	14,4	100	18,75
Борщ с капустой и картофелем	200	105	250	105
Котлеты рубленые из птицы	90	155,2	100	150,8
Макаронные изделия отварные	160	255,2	180	335,3
Компот из сухофруктов	200	131	200	131
Хлеб пшеничный	45	101,5	60	151,1
Хлеб ржаной	30	59,85	40	79,8
Итого за обед:	785	822,15	830	953
Наименование блюд	Полдник			
	Школьники, в том числе ОВЗ		Школьники, в том числе ОВЗ	
	С 7 до 11 лет		От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции	Масса порций, гр.	Калорийность порции
Запеканка картофельная с мясом или печенью	150	178,9	200	238
Хлеб пшеничный	25	74,2	30	80,55
Хлеб ржаной	20	39,4	20	39,4
Чай с лимоном	200	60	200	60
Итого за полдник:	395	352,5	450	407,95
Итого за день:		1762,11		2010,95

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Чаушева М.Я.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
Каневский район



Приймак И.Н.

ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «__» _____ 2022г.

Неделя первая.

День: среда.

Сезон: осенний

Наименование блюд	Завтрак				
	Школьники в том числе ОВЗ			Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет			От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции		Масса порций, гр.	Калорийность порции
Тефтели (вариант 1) с соусом томатным	90	146		110	172,6
Рагу из овощей	150	132,8		180	136,2
Хлеб пшеничный	40	94,1		50	148,4
Хлеб ржаной	20	40,52		30	61,4
Кондитерские изделия	25	88,24		37,5	92,3
Сок фруктовый	200	85,64		200	85,64
Итого за завтрак:	525	587,3		607,5	696,9
Наименование блюд	Обед				
	Школьники в том числе ОВЗ			Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет			От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции		Масса порций, гр.	Калорийность порции
Бутерброд с сыром	45	104,8		55	131
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	139,86		250	142,4
Рыба, тушенная в томате с овощами	120	143		150	153,4
Каша пшенная вязкая	150	188		180	189,84
Кофейный напиток на молоке	200	107		200	107
Хлеб пшеничный	35	90,66		60	151,1
Хлеб ржаной	25	49,5		40	79,8
Итого за обед:	775	825,36		935	952
Наименование блюд	Полдник				
	Школьники в том числе ОВЗ			Школьники в том числе ОВЗ	
	С 7 и до 11 лет			От 12 лет и старше	
	Масса порций, гр.	Калорийность порции		Масса порций, гр.	Калорийность порции
Ватрушка с творожным фаршем	100	271,5		150	327
Чай с молоком	200	81		200	81
Итого за полдник:	300	352,5		350	408
Итого за день:		1795,16			2056,9

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли. В питании используются витаминизированные напитки.