

Утверждено
Директор МБОУ «Акатовская основная школа»
30 августа 2023 г.


Ю.Б.Мамонтова



Примерное десятидневное меню
обедов для организации питания
обучающихся ОВЗ
в МБОУ «Акатовская основная школа»
на 2023-2024 учебный год

2023 г.

3 День

Школа

МБОУ "Акатовская основная школа"

Отд./корп

ОВЗ

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	гор.блюдо	75	Рассольник домашний	250	25,54	170,5	13,2	5	13,75
	хлеб	5,31	Хлеб пшеничный	30	2,00 р.	44,4	0,9	0	18,3
		5,08	Хлеб ржаной	30	2,00 р.	102,2	6,6	2,6	33,2
		15	Печенье	20	5,46 р.	68,54	0	2,26	23
	напиток	395	Сок фруктовый	200	25,00 р.	0,9	0	18,18	76
	Фрукты	112	Банан	100	10	96	2	1	42
			Итого за обед:	630	70,00 р.	386,54	20,7	28,04	164,25

4 День

Школа

МБОУ "Акатовская основная школа"

Отд./корп

ОВЗ

День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	гор.блюдо	96	Суп гороховый на м/б	250	23,60 р.	220,5	7,23	23,6	53,75
	хлеб	5,31	Хлеб пшеничный	30	2,00 р.	44,4	0,9	0	18,3
		5,08	Хлеб ржаной	30	2,00 р.	102,2	6,6	2,6	33,2
		12,17	Пряник	40	7,40 р.	108,6	1,31	5,16	20,3
	напиток	395	Сок фруктовый	200	25,00 р.	0,9	0	18,18	76
	Фрукты	847	Яблоко	80	10	64,05	0,6	0,6	15
			Итого за обед:	550	70,00 р.	476,60	16,04	49,54	201,55

7 День

Школа

МБОУ "Акатовская основная школа"

Отд./корп

ОВЗ

День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	гор.блюдо	88	Суп картофельный с вермишелью	250	26,30 р.	212,3	7	8,7	6
	хлеб	5,31	Хлеб пшеничный	30	2,00 р.	44,4	0,9	0	18,3
		5,08	Хлеб ржаной	30	2,00 р.	101	4,5	1,3	16,6
		15	Печенье	20	4,70 р.	68,54	0	2,26	23
		395	Сок фруктовый	200	25,00 р.	0,9	0	18,18	76
	Фрукты	847	Яблоко	60	10	64,05	0,6	0,6	15
			Итого за обед:	590	70,00 р.	427,14	12,4	30,44	139,90

8 День

Школа

МБОУ "Акатовская основная школа"

Отд./корп

ОВЗ

День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	гор блюдо	106	Суп -крем овощной с гречками	250	23,40 р.	156,4	4,7	9,21	13,66
	хлеб	5,31	Хлеб пшеничный	30	2,00 р.	40	4,6	1,9	18,7
		5,08	Хлеб ржаной	30	2,00 р.	101	4,5	1,3	16,6
		12,17	Пряник	40	7,60 р.	108,6	1,31	5,16	20,3
	напиток	395	Сок фруктовый	200	25,00 р.	0,9	0	18,18	76
	Фрукты	112	Мандарины	60	10	96	2	1	42
			Итого за обед:	610	70,00 р.	406,90	15,11	35,75	145,26

