

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды
(завтрак и обед) с 1 по 4кл.

Утверждаю директор
 ООО «МШКОП»

Согласовано директор
 МБОУ Прогимназия им. М.Искужина

Меню с 3 сентября по 5 сентября 2024г.


 УО74

**Вторник
 Завтрак**

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	9,8	48,0
150/10 /5	Макаронные изделия, с тертым сыром	10,18	11,73	29,52	268,58
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
45	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,42	0,40	21,79	104,40

Обед

200/5	Рассольник домашний со сметаной	1,85	4,49	10,93	93,00
60/40	Тефтели из мяса птицы томатным соусом	6,27	5,39	13,5	150,3
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

147-59

**Среда
 Завтрак**

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

Обед

200/20	Суп картофельный с бобовыми и гренками	7,70	4,10	30,80	194,0
150/30	Говядина тушеная с картофелем	11,0	12,09	17,51	223,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

147-59

**Четверг
 Завтрак**

80/40	Биточки рыбные с томатным соусом	14,20	2,60	8,60	114,20
180	Картофельное пюре	3,96	6,12	26,52	177,65
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1,55	4,08	8,02	75,64
100	Азу по - татарски	13,33	9,16	5,90	158,30
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

147-59

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ Прогимназия им.М.Искужина

Меню с 3 сентября по 5 сентября 2024г.

Вторник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	9,8	48,0
150/10/ 5	Макаронные изделия, с тертым сыром	10,18	11,73	29,52	268,58
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

69-57

Среда

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

69-57

Четверг

60	Овощи натуральные свежие (огурец) порционно	0,48	0,07	1,56	10,0
80/40	Биточки рыбные с томатным соусом	14,20	2,60	8,60	114,20
180	Картофельное пюре	3,96	6,12	26,52	177,65
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

69-57

Итого

208-71

Составил технолог ООО «МШКОП».

Повар

Лебедева Е.М.