

Утверждаю



директор школы Дойников В.П.

Примерное меню и пищевая ценность

приготовленных блюд для детей от 7 до 11 лет

Дата: 23.01.2026г

Рацион: Школьное меню

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
259,00	Макароны отварные с сыром	160	9,60	8,00	28,24	224,00
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	50	3	0,5	27,5	127
607	Вафли	80	2,2	2,6	61,8	280
Итого за Завтрак		490	14,92	11,16	127,59	671,01

Примерное меню и пищевая ценность приготовленных

блюд для детей от 12 и старше, ОВЗ

Дата : 23.01.2026г

Рацион: Школьное меню

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
259,00	Макароны отварные с сыром	180	10,80	9,00	31,77	252,00
285,00	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,03	10,2	42
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
607	Вафли	45	1,2	1,5	34,8	157
Итого за Завтрак		485	15,77	11,09	109,75	602,98
Обед						
64,00	Суп из овощей	250	2,00	4,34	10,84	91,00
131,00	Плов из курицы	220	30,60	24,44	27,92	517,05
17,00	Салат из моркови	100	1,11	5,08	15,91	114,95
294,00	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,04	28,3	117
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед		830	37,79	34,50	115,97	992,00
Итого за день		1315	53,56	45,59	225,72	1594,98