

СОГЛАСОВАНО

с ведущим специалистом-экспертом
территориального отдела управления
Роспотребнадзора
по Свердловской области
Г.А. Олышанченко

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директор МАОУ «Ошкучковская СОШ №31»

С.Н.Шимелис

2020г

« 18 »



Примерное 10-ти дневное МЕНЮ

Для учащихся с ОВЗ на осенне-зимний период с 7-11 лет

2020-2021 учебный год

Дни	№ технологической карты	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			С 7-11 лет	Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1 день понедельник	Завтрак	51 Каша «дружба» молочная	150	5.88	8.53	25.94	205.16	-	1.82	-	-	-	-	-	0.528
		33 Чай с сахаром	200	0.0008	-	9.03	36.12	-	0.03	-	-	-	-	-	-
		1 Масло сливочное	15	0.04	3.625	0.055	33.05	-	0.01	-	-	-	-	-	-
		Хлеб пшеничный в\с	40	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		ИТОГО:		9.2608	6.85	68.29	369	0.04	0.75	0	0.52	9.2	34.8	13.2	0.44
	Обед	104 Суп с крупой и мясными фрикадельками со сметаной	250	2,1	2,15	16,58	90	0,1	20,03	0,8	0,9	66,15	26,5	1,38	-
		16 Сосиска отварная	50	11.0	10.0	-	134.4	-	-	0.13	0.32	5.76	219.84	16.8	-
		203 Макароны изделия со сливочным маслом	150	5.6	4.51	26.47	168.6	0,05	-	-	-	4.86	-	8.62	1.1
		332 Кисель из концентрата плодов с вит.»С»	200	0,31	-	39,4	160	0,012	2,4	-	0,2	22,46	18,5	5,58	0,19
		Хлеб пшеничный витаминизированный	60	3,16	0,4	19,32	93,52	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
		ИТОГО:		23.37	17.26	110.64	684.32	0,202	22,43	0,93	1.94	108.43	337.24	70.7	3.11