

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Чаушева М.Я.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ Лицей  
Каневского района



М.Я. Чаушева

Шишло Л.В.



Ежедневное меню основного (организованного) питания учащихся

На «6» сентябрь 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              | 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 |
| 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.