



Согласовано:
 Директор МБОУ Озерская СОШ
 Андрощук Т.В./
 01.01.2025г.

20.02.2025

Ежедневное меню
4 день
7-11 лет



Утверждаю
 Директор

дата

«ОПТИМА»

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность в ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229	90	9,10	11,60	10,90	142,30
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	160	3,04	4,50	24,55	151,40
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за прием пищи:	500	16,39	16,60	71,80	470,03

7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность в ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229	90	9,10	11,60	10,90	142,30
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	160	3,04	4,50	24,55	151,40
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за прием пищи:	500	16,39	16,60	71,80	470,03

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	7,90	9,50	44,70	281,50
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60
Итого за прием пищи:	300	8,40	9,60	72,10	394,10

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность в ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229	100	10,20	12,90	13,30	175,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	200	3,80	5,74	30,68	192,80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за прием пищи:	550	18,25	19,14	80,33	544,13

12-18 лет ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность в ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229	100	10,20	12,90	13,30	175,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	200	3,80	5,74	30,68	192,80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за прием пищи:		18,25	19,14	80,33	544,13

ОВЗ

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	7,90	9,50	44,70	281,50
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	250	0,75	0,15	30,10	165,50
Итого за прием пищи:	350	8,65	9,65	74,80	447,00