

УТВЕРЖДАЮ

И.О. Директора МОБУ СОШ №16

Е.М.Петряева
Е.М.Петряева

«*21*» *августа* 20*23* г.

10-дневное меню

для организации питания учащихся

с ОВЗ, дети-инвалиды

МОБУ СОШ №16

Неделя первая
 Возрастная
 категория 11 и старше

Сезон осенне-зимний

Школа	МОБУ СОШ № 16 Пожарского муниципального района				День	среда
-------	--	--	--	--	------	-------

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	23	Каша рисовая молочная жидкая с масл.	250	254	6,3	10,1	34,8
	1	Хлеб пшеничный	40	78	3,28	0,56	0,52
	431	Чай с сахаром и лимоном	200	60,6	0,1	0	14,8

Школа	МОБУ СОШ № 16 Пожарского муниципального района				День	
-------	--	--	--	--	------	--

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	89	Расольник со сметаной	250	217	8,4	13,2	15,5
	4	Гречка отварная	180	1046	0,68	115	1,12
	259	Гуляш из свинины	100	284	10,3	24,3	5,8
	1	Хлеб пшеничный	80	156	6,56	1,12	1,04
	34	свежие овощи	60	44	0,4	0,4	9,8
	26	чай с сахаром	200				

Ответ.за питание:

Повар:

Зюзов В.В.

Вольнягина В.Н.

Сезон осенне-зимний
Неделя вторая
Возрастная
категория 11 и старше

Сезон осенне-зимний

Школа **МОБУ СОШ № 16 Пожарского муниципального района** День **среда 2**

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	315	Запеканка рисовая с творогом	200	383	3,43	3,08	18,1
	26	Чай с сахаром	200	35	0,1	0,02	9,9
	34	Свежие фрукты	200	88	0,8	0,8	19,6

Школа **МОБУ СОШ № 16 Пожарского муниципального района** День

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	76	Борщ с капустой и карт., свиной и смет	250	169,8	4,25	9,2	16,8
	4	гречка отварная	180	872	0,68	1,15	1,12
	283/364	Тефтели из говядины с соусом томатным	100/50	290	13,6	20,2	13,8
	33	Нектар ягод. плод. пром. производства	200	90	0	0	22
	34	Свежие овощи	60	44	0,4	0,4	9,8

Ответ. за питание:
Повар:

Зюзь В. В.
Вольнягина В. Н.

Распечатать

Неделя вторая
Возрастная
категория 11 и старше

Сезон осенне-зимний

Школа **МОБУ СОШ № 16 Пожарского муниципального района** День **пятница2**

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	44	Каша пшениная молочная жидкая	250	213	6,88	7,48	29,3
	26	Чай с сахаром	200	35	0,1	0,02	9,9
	1	хлеб пшеничны	40	78	3,28	0,56	0,52
	14	сыр порциями	15	54	5	5	0

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	204	суп картофельный с крупой	250	166	8,42	8,12	14,77
	52	картофельное пюре	180	169	3,8	6,48	24,3
	259	гуляш из свинины	100	284	10,3	24,3	5,8
	33	нектар плод.ягод.промыш.произ	200	90	0	0	
	1	хлеб пшеничный	80	156	6,56	1,12	1,04
	22	салат из свежих помидор с раст.масл	100	43	1,1	2,1	4
		Итого					