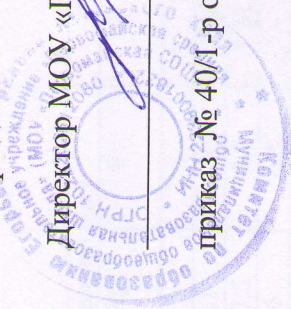


Утверждаю:

Директор МОУ «Первомайская СОШ»

Н.В.Пеньков

приказ № 40/1-р от 17.06.2024г.



МЕНЮ

горячих завтраков

для организации горячего питания учащихся с ОВЗ

с 7-11 лет (1-4 классы)

МОУ «Первомайская СОШ»

2023-2024 учебный год

Наименование блюд	Масса порции	Питательные вещества (г)			Ккал	Минеральные вещества (мг)					Витамины (мг)			стр. в справочнике
		белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A		
1 день:														
Каша овсяная из Геркулеса	150/15	6,33	8,9	25,49	207,38	163	198,5	31	1,55	0,12				72
Хлеб пшеничный	20	3,8	0,45	23,3	113	13	42,5	17,5	0,8	0,12		0,06		
Чай с/с	200	0,22		15,7	57,7	12	8	6	0,8					227
2 день:														
Макароны отварные с пассированными овощами	150	7,26	5,06	471	281,3	37	94	16	0,4	0,3				194
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,15	19,5	118,7	133	99	20	0,9					225
Хлеб пшеничный	20	3,8	0,45	23,3	113	13	42,5	17,5	0,8	0,12		0,06		
3 день:														
Каша молочная гречневая пуховая	150/10	11,7	12,29	45,24	339,59	118	190	40	0,3	0,05	0,8	0,17		119
Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	11,01	67,8	17,8	24,9	10,5	0,48	0,072				
Сок яблочный	200	3,79	2,59	19,71	118,69	141	105	14	0,1	0,16	1	0,03		223
4 день:														
Каша молочная кукурузная вязкая с маслом	150/10	7,44	10,42	35,28	243,92	145	230	23	0,3	0,05	0,8	0,12		118
Хлеб ржаной	30	2,28	0,27	11,01	67,8	17,8	24,9	10,5	0,48	0,072				
Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,83	113,79	12	4	4	0,8	0,02	25,4			219
5 день:														
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	150/10	5,84	11,96	34,28	249,92	180	202	26	0,8	0,04				121
Чай с/с с молоком	200	1,05	1,2	15,5	66,16	12	8	6	0,8	0				225
Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	11,01	67,8	17,8	24,9	10,5	0,48	0,072				
6 день:														
Каша молочная пшенная, вязкая с маслом	150/10	7,44	10,42	33,28	238,4	181,5	287	28,5	1,1	0,12	0	0		120
Хлеб ржаной	30	1,52	0,18	9,8	45,2	11,8	16,6	7	0,3	0,048				
Какао	200	3,7	3,9	25,9	153	12	8	6	0,8					216
7 день:														
Каша молочная «Ячневая» вязкая с маслом	150/5	7,44	8,07	35,28	243,92	145	230	23	0,3	0,05	0,8	0,18		118
Молоко кипячённое	200	0,22	-	15,5	57,7	12	8	6						
Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	15,01	67,8	17,8	24,9	10,5	0,48	0,072				225
8 день:														
Вареники отварные с творогом и маслом	150/5	16,2	6,04	13	148,5	120	189	24	0,3	0,04	0,5	0,01		140
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	34	150							226

