

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

Питание учащихся ОЗВ с 7-11 лет

Питание учащихся 1-4 класс

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Обед						
Винегрет овощной	100	0,8	1,5	4,6	38	
Кашиа чечевиная рассыная	185	10,6	6,8	46,3	312	
Бегень по-сироголовому	120	13,0	9,0	1,9	241	
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36	
Клуб пшеничный	50	2,37	0,3	14,49	43,8	
Клуб ржаной	50	1,97	0,36	10,02	57,9	87 ⁵⁸
Итого						

Питание учащихся 5-11 класс

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Обед						
Винегрет овощной	100	1,3	2,6	4,6	63	
Кашиа чечевиная рассыная	230	4,7	2,4	20,7	216	
Бегень по-сироголовому	120	17,4	12,0	2,6	188	
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36	
Клуб пшеничный	50	2,37	0,3	14,49	43,8	
Клуб ржаной	50	1,97	0,36	10,02	68,5	90 ⁶⁴
Итого						

Группа продленного дня

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Обед						
Салат из свеклы с яблоком	60	0,8	3,9	2,7	20	
Компота яблочная, соевая мол.	100	18,6	13,5	19,6	278	
Макароны отварные	120/5	6,5	4,4	40,0	233	
Чай с лимоном	200	0,2	0	9,3	38	
Клуб пшеничный	50	2,9	0,5	24,1	123	
Клуб ржаной	30	2,2	0,4	11,1	64,3	90 ⁸²
Итого	100	0,7	0,7	17,2	29,2	

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Завтрак						
Ябло вареное	40	4,8	4,4	0,2	59	
Макароны с сыром	220	10,7	19,5	35,9	369	
Корейский салатик	200	3,3	3,1	13,6	95	
Клуб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	47,2	
Обед						
Суп картофельный	250	6,31	5,41	6,01	100,04	
Винегрет овощной	60	0,8	1,5	4,6	38	
Кашиа чечевиная рассыная	200	4,1	6,4	26,7	188	
Бегень по-сироголовому	90	13,0	9,0	1,9	141	
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36	
Клуб пшеничный, ржаной	50	2,37	0,3	14,49	43,8	93 ⁹³
Итого						190

Питание учащихся ОЗВ с 11 лет и старше

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Завтрак						
Ябло вареное	40	4,8	4,4	0,2	59	
Макароны с сыром	220	10,7	19,5	35,9	369	
Корейский салатик	200	3,3	3,1	13,6	95	
Клуб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	47,2	
Обед						
Суп картофельный	300	6,31	5,47	6,01	100,04	
Винегрет овощной	100	1,3	2,6	4,6	63	
Кашиа чечевиная рассыная	230	4,7	2,4	20,7	216	
Бегень по-сироголовому	120	17,4	12,0	2,6	188	
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36	
Клуб пшеничный, ржаной	50	2,37	0,3	14,49	43,8	217 ²¹⁴
Итого						