

Утверждаю:

Директор Истинской средней школы

Н.Е. Хоменко

« 26 » августа 2024 год.



**Десятидневное меню для школьной столовой  
Истинская средняя школа  
(завтраки для детей с ОВЗ)**

**Завтрак – 10.00-10.10**

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и 7-11 лет, г	Пищевые вещества (г)			Энерге тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Мин. в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	<b><u>День первый</u></b>													
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	7,52	5,06	41,71	242,51	0,05	0,45	40,87	0,12	165,8	137,17	21,32	0,32
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28
1	Бутерброд с маслом	50	2,95	9,36	18,61	170	0,042	-	50	-	10,5	28,12	5,25	0,44
	<b>ВСЕГО за день:</b>		10,54	14,44	75,32	472,51	0,092	0,48	90,87	0,12	187,4	168,09	27,97	1,04
	<b><u>День второй</u></b>													
182	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,37	13,4	41,77	316,26	0,07	1,46	72,5	-	162,61	172,67	37,65	0,59
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28
1	Бутерброд с маслом	50	2,95	9,36	18,61	170	0,042	-	50	-	10,5	28,12	5,25	0,44
	<b>ВСЕГО за день:</b>		9,39	22,78	75,38	546,26	0,112	1,49	122,5	-	184,21	203,59	44,3	1,31
	<b><u>День третий</u></b>													
182	Каша жидкая молочная овсяная	250	9,77	16,04	42,84	356,25	0,26	1,46	7,25	-	190,95	412,89	75,82	2,14



181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	7,52	5,06	41,71	242,51	0,05	0,45	40,87	0,12	165,8	137,17	21,32	0,32
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28
1	Бутерброд с маслом	50	2,95	9,36	18,61	170	0,042	-	50	-	10,5	28,12	5,25	0,44
	ВСЕГО за день:		10,54	14,44	75,32	472,51	0,092	0,48	90,87	0,12	187,4	168,09	27,97	1,04

Данное меню составлено на основании сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2015