Утверждаю:

Директор МАОУ СШ п. Кулотино

О. В. Логинова

«___»_____ 2025 г.

Разработано:

Директор И.П.

_____ В. В. Павлов

«___»_____ 2025 г.

М Е Н Ю

Бесплатного школьного питания

для детей ОВЗ

начальных классов

на 2025 г.

М Е Н Ю

школьного питания для детей ОВЗ

с 1 по 4 класс

ДНИ			Пищевые вещества			Энерге	Витамины				Минеральные вещества			
	№	Масса				тичес.								
	рецеп.	порций	Б	Ж	У	ценн	В	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
1 День. Понедельник														
Салат из моркови	92	60	1,4	1,2	6,4	40	0,01	2,2	0,01	0,01	63	10	31	0,2
Щи из свежей капусты на м.к.б.	186	250	2	2,5	8,4	120	0,06	21,6	0	0,78	38,5	29,3	24,5	0,8
(капуста,картофель, лук,морковь)														
Котлета куриная по-хлыновски	498	90	16	9,4	12,4	210	0,04	0	0	0,01	0,9	18,9	84,5	0,1
(мясо куры, картофель, лук,мука)														
Греча отварная (греча,масло,соль,вода)	679	150	4,4	5	22,7	155	0,33	0,5	0,2	0	15	2,7	77	0,6
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		795				648,8								
2 День. ВТОРНИК														
Салат из капусты	79	60	1,6	3	1,9	60	0,01	2,2	0,01	0,01	63	10	31	0,2
Суп картоф. вемишелевый на м.к.б.	208	250	6,2	5,6	22,3	120	0,16	6,2	0	0,82	62,5	43,5	266	1,85
(вермишель,картоф,лук,морковь)														
Запеканка картоф. с мясом цыпленка	349	160	10	17	35	300	0,06	0,8	0,9	0,8	30	62	180	0,01
(мясо цыпленка, картоф. соль,масло)														
Компот из сухофруктов	942	200	0,2	0	15,3	107	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		700				658,8								
3 День. СРЕДА														
Суп картоф. гороховый на м.к.б.	206	250	7	6	13,2	127	0,14	2,12	0	0	35	38	20,5	1,2
(горох,картоф.морковь,лук,масло)														
Оладьи с повидлом	733	150/15	10	17	35	300	0,04	0,05	0,015	0	61,4	6,8	43,8	0,9
(мука,сахар,дрожжи,молоко,соль)														
Чай с с сахаром	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
(чай заварка,сахар)														
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
Фрукт		100				120								
		760				670,8								
4 День. Четверг														
Борщ из свежей капусты на м.к.б.	110	250	2,8	2,5	10,2	104	0,05	0,65	0	0,8	5,7	29	200	0,25
(свекла,картофель,лук, морковь)														
Тефтели куриные	619	90	10	6,3	8,3	184	0,14	3,25	0,02	0,03	39	28,5	80	0,5
(филе куры,рис,морковь,масло)														
Макароны отварные	413	150	5,4	7,5	30	150	0,33	0	0,05	0	6	4,25	17,5	0,05
Чай с сахаром	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		735				561,8								
5 День. Пятница														
Салат из свеклы	50	60	1,2	0	6	30	0,01	2,2	0,01	0,01	63	10	31	0,2
(свекла,сахар,соль,масло)														
Суп картофельный рыбный	210	250	2,8	3,3	20,6	127	0,14	2,12	0	0	35	38	20,5	1,2
(рыба минтай ,картоф,лук,морковь)														
Жаркое по домашнему	590	200	11,08	13,7	39,5	300	0,42	7,7	0	0	7,53	36,8	206	1,6
(филе куры,картоф,лук,морковь,масло)														
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		755				580,8								

М Е Н Ю
Школьного питания для детей ОВЗ
с 1 класса по 4 класс

ДНИ			Пищевые вещества			Энерге	Витамины				Минеральные вещества			
	№	Масса				тичес.								
	рецеп.	порций	Б	Ж	У	ценн	В	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe
6 День. ПОНЕДЕЛЬНИК														
Салат из капусты	79	60	1,6	3	1,9	60	0,01	2,2	0,01	0,01	63	10	31	0,2
Суп картоф. вермишелевый на м.к.б.	208	250	6,2	5,6	22,3	120	0,16	6,2	0	0,82	62,5	43,5	266	1,85
(вермишель,картоф.лук,морковь)														
Макароны с соусом Болоньез	415	200	10	13,4	33	290	0,08	0,2	0,04	0,02	186	18	134	0,2
(мясо куры, морковь,лук,томаты)														
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		755				593,8								
7 День. ВТОРНИК														
Салат из свеклы	50	60	1,2	0	6	30	0,01	2,2	0,01	0,01	63	10	31	0,2
Рассольник Ленинград. на м.к.б.	197	250	2,8	2,5	14,5	104	0,05	0,65	0	0,84	5,7	29	200	0,25
(капуста, картоф, лук,огурцы сол.)														
Плов	645	200	7,1	5,5	6,5	290	0,04	0	0	0,01	0,9	18,9	84,5	0,1
(мясо куры, рис,морковь,масло,соль)														
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		755				547,8								
8 День. СРЕДА														
Щи из свежей капусты на м.к.б.	186	250	2	2,5	8,4	120	0,06	21,6	0	0,78	38,5	29,3	24,5	0,8
(капуста,картоф, лук, морковь,														
Гуляш куриный	591	100	10,1	11,3	13,7	230	0,08	0	8,2	0	66	14	100,4	1,12
(мясо куры,том.паста,лук,морковь,мука)														
Макароны отварные	413	150	5,4	7,5	30	150	0,33	0	0,05	0	6	4,25	17,5	0,05
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	942	200/15	2,2	1,05	8,3	52	0	0	0,3	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		745				703,8								
9 День. Четверг														
Суп картоф. гороховый на м.к.б.	206	250	6,2	5,6	22,3	127	0,16	6,2	0	0,82	62,5	43,5	266	1,85
(горох,картофель,лук, морковь,														
Оладьи с повидлом	733	150/15	10	17	35	300	0,04	0,05	0,02	0	61,4	6,8	43,8	0,9
(мука,дрожжи,сахар,молоко,соль)														
Чай с сахаром (Чай заварка, сахар)	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
Фрукты		100	0,3	0	47	120	4	0	1,2	0	32	12	8,8	2,6
		760				670,8								
10 День. Пятница														
Борщ из св. капусты на м.к.б.	110	250	2,8	2,5	10,2	104	0,05	0,65	0	0,8	5,7	29	200	0,25
(свекла, картоф.лук, морковь)														
Печень по-строгановски	582	90	13,25	11,2	13,5	180	0,14	3,25	0,02	0,03	39	28,5	80	0,5
(печень,соус,сметана)														
Рис отварной (рис.масло,соль,вода)	682	150	3,7	5,4	20	223	0,33	0	0	0	15	2,7	7,7	0,6
Чай с сахаром (заварка, сахар)	942	200/15	0,2	0	15,3	52	0	0	0	0	14	8	6	0,9
Хлеб		30	2,1	0,33	12,1	71,8	0	0	0	0,6	6,9	25,3	3,9	0,6
		735				630,8								

В настоящем журнале
прошито и скреплено
печатью 3 (Три листа)

_____ ИП В.В.Павлов