

# УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ Сосновской СШ  
им. М. Я. Бредова  
О. Н. Серова



## Примерное десятидневное меню для учащихся ОВЗ МКОУ Сосновской СШ им. М. Я. Бредова на 2022/2023 учебный год

День недели	№ рецептуры	Наименование блюда	Норма выдачи, г	Брутто, г	Нетто, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг				
						Б	Ж		У	Са	Fe	Mg	P	B1	C	A
<b>1 неделя</b>																
<b>1-й завтрак</b>																
	270	Чай с сахаром	200	0,4	0,4	0,2	0,04	10,0	71	-	0,08	-	-	2,8		
	426	Хлеб пшеничный с повидлом	60/20	75	75	3,71	1,93	33,19	165,0	21,6	0,6	37,75	8,6	0,1	3,7	
										3			4	4	1	
<b>2-й завтрак</b>																
	14	Салат витаминный	50/5	53	50	1,01	3,03	4,39	51,11	0,6	0,6	22,0	0,1	22,2	-	
	78	Ежики с овощной подливой	130/50	60	45	5,5	14,36	3,09	108,99	106	2,9	48,0	0,1	9,5	-	
	409	Компот из свежих яблок	200	30	30	0,20	0,20	22,3	110,0	12,0	0,8	-	2,4	0,0	-	
	70	Хлеб ржаной	50	50	50	9,15	1,18	61,35	128,7	17,4	2,1	24,2	0,0	-	-	
	145	Банан	1 шт.	100	100	3,30	0,22	42,24	195,8	8,4	0,8	60,5	0,0	10,6	0,0	
	<b>ИТОГО</b>					<b>19,16</b>	<b>18,99</b>	<b>130,3</b>	<b>594,6</b>	<b>152,8</b>	<b>6,6</b>	<b>154,7</b>	<b>0,4</b>	<b>42,38</b>	<b>0,0</b>	

Понедельник