

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Пешковская средняя общеобразовательная школа Азовского района**



Перспективное десятидневное меню питания учащихся с ОВЗ 1-4 классы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	масса	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
1 день						
265	Пирожок, печенный с повидлом	60	3,3	2,8	33,7	174
325	Кисель из яблок	200	0,1	0,1	27,6	111
	итого		3,4	2,9	61,3	285
2 день						
245	Оладьи из творога	150/30	24,0	7,9	52,4	376
310	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	30,9	123
	итого		24,5	8,0	83,3	499
3 день						
263	Пирожки печеные с мясом	75	10,8	8,0	25,5	221
	Молочный коктейль «Авишка»	200	2,8	2,5	9,0	70,0
	итого		13,6	10,5	34,5	291
4 день						
235	Омлет с зеленым горошком	150/5	13,6	18,9	4,0	242
320	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	24,0	94
	итого		13,7	19,0	28,0	336
5 день						
266	Пирожки с капустой	75	5,2	6,1	27,0	189
306	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	95
	итого		8,5	9,2	40,6	284
6 день						
267	Пирожки печеные с картофелем	60	4,1	3,8	23,4	148
331	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	20,0	76
	итого		4,1	3,8	43,4	224
7 день						
277	Пицца школьная	100	9,9	11,1	27,6	256
320	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	24,0	94
	итого		10,0	11,2	51,6	350
8 день						

295	Коржи молочные	60	3,9	6,4	36,9	196
311	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	70
	итого		4,1	6,5	54,1	266
	9 день					
237	Омлет смешанный с мясными продуктами	150/5	15,7	19,6	2,2	247
310	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	30,9	123
	итого		16,2	19,7	33,1	370
	10 день					
13,6	Булочка с сыром	60	5,3	5,8	31,4	202
	Молочный коктейль «Авишка»	200	2,8	2,5	9,0	70,0
	итого		8,1	8,3	40,4	272,0
	Всего		106,2	99,1	470,3	3177