

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Усть-Бакчарская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО:



Мероприятия разработчик
О.С. Чалымова РБ
Чалымова О.С.

УТВЕРЖДЕНО:



Директор МБОУ «Усть-Бакчарская СОШ»
Для *Дукина* Л.А. Дукина
Документов
Приказ № *141-О* от *30.08.2024* г.

**Меню специализированное
основного (организованного) питания
для обучающихся 2 класса
начального общего образования
(с заболеванием сахарным диабетом 1 типа)**

на 2024-2025 учебный год

(Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. М.П.Могильного и В.А. Гутельяна. –М.:ДелИ плюс, 2017

Меню для обучающихся 1-4 классов

№ калькул ляции	Наименование приёма пищи, Наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества 7-11 лет			
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность порции
1	2	3	4	5	6	7
1 ДЕНЬ						
	Завтрак					
175	Каша из пшена на молоке	200	7,51	11,72	37,05	285,0
1	Бутерброд с маслом	30/10	2,36	7,49	14,89	136
209	Дйю вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,84
375	Чай без сахара	200	0,1	0,026	0,02	0,7
	Банан	100	1,51	0,51	21,0	94,51
	ИТОГО:	690	16,99	21,62	82,69	618,35
2 ДЕНЬ						
	Завтрак					
92	Суп картофельный с геркулесом	250	1,07	2,71	17,44	85,75
54	Салат из моркови отварной	100	1,31	5,16	12,11	100,11
312	Пюре картофельное	150	3,08	2,33	19,13	109,73
230	Рыба жареная	100	13,89	13,45	4,0	192,73
331	Соус	50	1,35	4,65	4,98	67,17
	Хлеб	20	1,58	0,2	9,6	46,76
375	Чай без сахара	200	0,1	0,026	0,02	0,7
	Яблоко	100	-	-	17,36	81,0
	ИТОГО:	970	22,81	28,5	94,09	723,25

3 ДЕНЬ							
	Завтрак						
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8,63	6	21,83		173,63
291	Плов из птицы	250	21,18	13,08	44,67		381,67
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58		118,6
	Хлеб	20	1,58	0,2	9,6		46,76
422	Булочка ванильная	50	3,45	3,5	26,43		193,11
	ИТОГО:	770	38,92	26,32	120,11		913,77
4 ДЕНЬ							
	Завтрак						
115	Суп картофельный с пшеном	250	8,72	11,37	57,17		36,6
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,71	0,67	32,2		157,80
279	Тефтели мясные	90	6,10	6,78	7,72		116,18
	Соус	50	1,35	4,65	4,98		67,17
331	Хлеб	20	1,58	0,2	9,6		46,76
	Сок фруктовый	200	1,0	0,20	20,20		86,60
	ИТОГО:	760	24,46	23,87	131,87		511,11
5 ДЕНЬ							
	Завтрак						
119	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,5		148,25
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,81	8,43	43,98		282,35
76	Гуляш из отварного мяса	50/50	6,68	7,04	0,43		82
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01		132,8
422	Булочка ванильная	50	3,45	3,5	26,43		193,11
	Хлеб	20	1,58	0,2	9,6		46,76

		ИТОГО:	670	25,67	24,53	128,95	885,27
<u>6 ДЕНЬ</u>							
	<u>Завтрак</u>						
182	Каша пшеничная на молоке	200	4,12	0,45		25,31	154
1	Бульброд с маслом	30/10	0,08	7,55		14,62	136,0
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,6		0,28	62,84
375	Чай без сахара	200	0,1	0,026		0,02	0,7
	Яблоко	100				17,36	81
	ИТОГО:	590	12,09	9,84		75,99	514,34
<u>7 ДЕНЬ</u>							
	<u>Завтрак</u>						
108	Суп картофельный с клецками	250/5	3,42	6,32		2,96	197,37
67	Винегрет овощной	100	1,62	6,2		8,9	97,88
259	Жаркое по-домашнему	250	23,82	26,18		19,85	410,29
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67		29,20	155,20
	Хлеб	20	1,58	0,2		9,6	46,76
	ИТОГО:	570	34,04	41,57		70,51	907,5
<u>8 ДЕНЬ</u>							
	<u>Завтрак</u>						
96	Рассольник ленинградский	250	1,55	1,83		14,83	112,06
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,71	0,67		32,2	157,80
288	Пицца отварная	100	21,67	13,33		-	206,67
331	Соус	50	1,35	4,65		4,98	67,17
	Сок фруктовый	200	1,0	0,20		20,20	86,60
	Хлеб	20	1,58	0,2		9,6	46,76
	ИТОГО:	770	32,1	20,8		97,37	735,54

9 день							
	Завтрак						
81	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	4,9	11,75		98,4
312	Пюре картофельное	150	3,08	2,33	19,13		109,73
76	Гуляш из отварного мяса	50/50	6,68	7,04	0,43		82,0
375	Чай без сахара	200	0,1	0,026	0,02		0,7
	Хлеб	20	1,58	0,2	9,6		46,76
	ИТОГО:	620	13,7	14,47	50,38		376,89
10 день							
	Завтрак						
104	Суп картофельный с макаронами	250	62,4	15,2	102,8		78,6
295	Котлета куриная	100	8,94	0,072	80,11		89,12
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,81	8,43	43,98		282,35
331	Соус	50	1,35	4,65	4,98		67,17
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20		155,20
	Хлеб	20	1,58	0,2	9,6		46,76
	ИТОГО:	770	85,68	31,222	270,67		719,2

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –М.:Дели плюс, 2017.-54дс.**