



Утверждаю
Директор МКОУ «СОШ
им. Х.Х. Долова с.п. Хатуей»
Гупсешева З.З.
Приказ № «31» августа 2021г.

Меню для детей с ОВЗ с 7 до 11 лет
МКОУ «СОШ им. Х.Х. Долова с.п. Хатуей»

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
День 1														
Завтрак														
314	Булочка с маслом	50/20	4,1	19,1	9,0	301	0,06	0	49,0	2,25	17,5	74,5	6,5	0,85
694	Какао на сгущенном молоке	200	3,5	3,4	22,3	130	0,02	0,15	9,58	0,09	107,25	95,2	26,03	0,84
	Итого за день					401								
День 2														
Завтрак														
1	Бутерброд с маслом	30/10	2,4	8,6	14,6	146	0,05	0	96,2	30,0	8,1	0,45	9,9	0,62
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	6	0	0,26	0	0	0,03
	Итого за день					181								
День 3														
Завтрак														
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	Бутерброд с повидлом	40/30	3,9	0,45	32,2	142	0	0,5	0	0	11,9	0,54	8,8	0,46
690	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,5	2,2	25,0	125	0,01	0,11	7,06	0,06	75,96	53,35	8,28	0,08
	Итого за день					267								
День 4														
Завтрак														
	Бутерброд с сыром	40/20	4,56	13,97	20,23	224,89	0,05	0	96,2	30,0	8,1	0,45	9,9	0,62
630	Чай с молоком	200	1,6	1,8	12,4	69	0,02	0,65	9,0	0,05	3,0	39,15	7,0	0,08
	Итого за день					293,89								
День 5														
Завтрак														
693	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	0,03	0,52	18,0	0,11	108,57	101,09	51,1	0,6
	Булочка с маслом	50/20	4,1	19,1	9,0	301	0,06	0	49,0	2,25	17,5	74,5	6,5	0,85
	Итого за день					389								
День 6														
Завтрак														
693	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	6	0	0,26	0	0	0,03
	Хлеб с маслом	40/10	3,8	7,55	24,6	183	0,05	0	48,5	2,6	9,9	3,44	6,8	0,06

	Итого за день					218									
		День 7													
		Завтрак													
	Бутерброд с повидлом	40/30	3,9	0,45	32,2	142	0	0,5	0	0	11,9	0,54	8,8	0,46	
694	Какао на сгущенном молоке	200	3,5	3,4	22,3	130	0,02	0,15	9,58	0,09	107,25	95,2	26,03	0,84	
	Итого за день					1664									
		День 8													
		Завтрак													
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	6	0	0,26	0	0	0,03	
3	Бутерброд с маслом с сыром	60/5/15	8,4	8,6	26,4	221	0,07	0,04	41,4	0,09	153,58	129,93	24,88	1,15	
	Итого за день					256									
		День 9													
		Завтрак													
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,9	35	0	0	6	0	0,26	0	0	0,03	
	Хлеб с маслом	40/10	3,8	7,55	24,	183	0,05	0	48,5	2,6	9,9	3,44	6,8	0,06	
	Итого за день					218									
		День 10													
		Завтрак													
692	Кофейный напиток на молоке	200	3,0	3,1	17,9	109	0,03	0,52	18,0	0,1	106,0	78,3	12,18	0,13	
	Банан	100	1,5	0,5	21,0	96	0,04	10,0	0	0,07	8,0	0,6	42,0	0,6	
	Итого за день					205									
		День 11													
		Завтрак													
692	Какао с молоком	200	3,3	2,5	13,7	88	0,03	0,52	18,0	0,11	108,57	101,09	51,1	0,6	
	Булочка с маслом	50/20	4,1	19,1	9,0	301	0,06	0	49,0	2,25	17,5	74,5	6,5	0,85	
	Итого за день					389									
		День 12													
		Завтрак													
	Бутерброд с повидлом	40/30	3,9	0,45	32,2	142	0	0,5	0	0	11,9	0,54	8,8	0,46	
690	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,5	2,2	25,0	125	0,01	0,11	7,06	0,06	75,96	53,35	8,28	0,08	
	Итого за день					267									