

Согласованно:

Директор

МОАУ СОШ № 18

Сергеева И.В.
" 02 " декабря 2024



Утверждаю:

Директор ООО "КШП

"Валентина"

В.М.Пискунова
" 02 " декабря 2024



Примерное 12-ти дневное
меню питания учащихся с
ограниченными
возможностями здоровья и
пищевой аллергией, с 7 до 11
лет, для
общеобразовательных школ
на осенне-зимний и весенне-
летний период 2024-2025
учебного года

*Специально
Сергеева И.В.
16.12.24*

Рекомендованно исключить:

МЯСО ПТИЦЫ, КУРИНОЕ ЯЙЦО, РЫБУ, ГОРОХ!!!

Примерное меню для учащихся с пищевой аллергией

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

1 понедельник	Выход блюд (г)
Завтрак	
Яблоко	130
Сыр (порциями)	13
Каша "Дружба"	210
Кофейный напиток с молоком	200
Хлеб пшеничный в/с	44
	597
Обед	
Салат из моркови	70
Борщ Сибирский	250
Сметана	7
Фрикадельки в соусе	105
Рис отварной	160
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный в/с	40
Хлеб ржаной	50
	882
1 вторник	
Завтрак	
Тефтели (1 вариант)	90
Макаронные изделия отварные	170
Чай апельсиновый	200
Хлеб пшеничный в/с	40
	500
Обед	
Салат из свеклы с яблоком	60
Суп крестьянский с крупой	200
Котлеты домашние (БЕЗ ЯЙЦА)	90
Рагу овощное (3 вариант)	170
Компот из свежего яблока	200
Хлеб пшеничный в/с	45
Хлеб ржаной	25
	790
1 среда	
Завтрак	

Рассольник Ленинградский	200
Тефтели (1 вариант)	90
Макаронные изделия отварные с овощами	170
Кисель из концентрата плодового или ягодного	190
Хлеб пшеничный в/с	40
Хлеб ржаной	20
	770
2 понедельник	
Завтрак	
Яблоко	50
Бутерброды с джемом или повидлом(2-й вариант)	40
Каша пшенная вязкая с сахаром	190
Чай с молоком	200
Хлеб пшеничный в/с	35
	515
Обед	
Салат из белокачанной капусты	60
Свекольник	200
Котлеты домашние	90
Каша гречневая рассыпчатая	150
Компот из свежих плодов или ягод	200
Хлеб пшеничный в/с	33
Хлеб ржаной	20
	753
2 вторник	
Завтрак	
Салат витаминный	60
Биточки	60
Рис отварной	180
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный в/с	48
	548
Обед	
Салат из моркови с курагой	70
Борщ с картофелем (без фасоли)	250
Тефтели (1 вариант)	100
Картофель и овощи тушеные в соусе	180
Компот из плодов или ягод сушеных	200
Хлеб пшеничный в/с	33
Хлеб ржаной	20
	853

2 среда	
Завтрак	
Яблоко	130
Котлеты из говядины	65
Капуста тушеная	180
Чай с лимоном	200
Хлеб пшеничный в/с	38
	613
Обед	
Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	70
Суп картофельный с макаронными изделиями	200
"Колобки" мясные с овощами с соусом	105
Каша гречневая рассыпчатая	150
Компот из апельсинов с яблоками	190
Хлеб пшеничный в/с	36
Хлеб ржаной	20
	771
2 четверг	
Завтрак	
Шницель	50
Макаронные изделия отварные	200
Чай с вареньем	200
Хлеб пшеничный в/с	60
	510
Обед	
Салат из свеклы с сыром	60
Борщ с капустой и картофелем	250
Котлета	90
Картофель отварной	150
Компот из свежего яблока	200
Хлеб пшеничный в/с	35
Хлеб ржаной	20
	805
2 пятница	
Завтрак	
Говядина отварная	70
Каша вязкая (гречневая)	200
Фруктовый чай	200
Хлеб пшеничный в/с	50
	520
Обед	

Биточки	80
Соус томатный	30
Каша ячневая рассыпчатая	160
Чай с лимоном	200
Хлеб пшеничный в/с	30
	500
Обед	
Салат из моркови и яблок	60
Суп картофельный с макаронными изделиями	250
Котлеты	90
Каша гречневая рассыпчатая	160
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб пшеничный в/с	36
Хлеб ржаной	20
	816
1 четверг	
Завтрак	
Биточки	60
Картофельное пюре	200
Чай с молоком	200
Хлеб пшеничный в/с	45
	505
Обед	
Салат овощной с яблоками	60
Суп картофельный с макаронными изделиями	250
Котлеты домашние (БЕЗ ЯЙЦА)	90
Каша вязкая (гречневая)	170
Компот из свежих плодов или ягод	200
Хлеб пшеничный в/с	36
Хлеб ржаной	20
	826
1 пятница	
Завтрак	
Сыр (порциями)	10
Котлеты (из говядины)	75
Каша вязкая (ячневая)	180
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный в/с	36
	501
Обед	
Салат из свеклы с изюмом или черносливом	60

Винегрет овощной (без лука)	60
Суп картофельный с макаронными изделиями	200
Котлеты "Особые"	90
Рис отварной	150
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный в/с	45
Хлеб ржаной	20
	765

Рекомендованно исключить:

МЯСО ПТИЦЫ, КУРИНОЕ ЯЙЦО, РЫБУ, ГОРОХ!!!