

СОГЛАСОВАНО:
Директор образовательной организации

Евксеева Т. Н. Т. Евксеева
Ф.И.О. Подпись



УТВЕРЖДАЮ:
БФ ООО «КШП» «Подросток»
Директор
А.В. Минеев
Ф.И.О. Подпись



ООО «Комбинат школьного питания «Подросток»
Примерное 12— дневное меню
дополнительного питания ОВЗ
общеобразовательных организаций
2023-2024 учебный год

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2023-2024год

День : Понедельник 1

сезон: Весна

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						энергетическая ценность	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.	клетчатка	сахара	клетчатка		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20										
Дополнительное питание																													
294**	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,8	0,38	0,01	3,54	6,25	4,6	0,29	30		0,02	0,7										
Т/к№1.1	Булочка «Дорожная»	70	4,9	7,77	30,94	229,53	0,112	0,058		22,33	1,008	44,33	17,62	11,06	1,078	35	0,98	3,3	13										
	Итого:	270	4,97	7,78	46,25	291,15	0,152	0,068	2,8	22,71	1,018	47,87	23,87	15,66	1,368	65	0,98	3,32	13,7										

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2023-2024год

День : Вторник 2

сезон: Весна

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						энергетическая ценность	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.	клетчатка	сахара	клетчатка		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20										
Дополнительное питание																													
Т/к№33	Лимонный напиток	180	0	0	20,16	80,64	0	0,009	2,52	0	0	0	12,78	1,8	0,36	19,26	0	0	0										
Т/к. №1.2	Булочка «Российская»	70	5,02	5,82	29,52	190,24	0,084	0,058		22,33	0,82	44,33	10,5	8,17	1,05	35	0,98	3,29	12,98										
	Итого:	250	5,02	5,82	49,68	270,88	0,084	0,067	2,52	22,33	0,82	44,33	23,28	9,97	1,41	54,26	0,98	3,29	12,98										

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2023-2024год

День : Среда 3

сезон: Весна

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						энергетическая ценность	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.	клетчатка	сахара	клетчатка		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20										
Дополнительное питание																													
493****	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром)	200	0,1	0	15	60	0	0	0	0	0	3	11	1	0,3	21													
590****	Печенье	40	3	3,92	29,76	166,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	36	11,6	8	0,83	0	0	0	0										
	Итого:	240	3,1	3,92	44,76	226,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	39	22,6	9	1,13	21	0	0	0										

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2023-2024год

День : Понедельник 7

сезон: Весна

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
Дополнительное питание																										
Ткмкп19	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0	26,1	109,97		0		0			0,9	0	0,09											
Ткмкп1	Булочка «Дорожная»	70	4,9	7,77	30,94	229,53	0,112	0,058		22,33	1,003	44,33	17,62	11,06	1,07	35	0,98	3,29	12,98							
Итого:		250	6,16	7,77	57,04	339,5	0,112	0,058	0	22,33	1,003	44,33	18,52	11,06	1,16	35	0,98	3,29	12,98							

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2023-2024год

День : Вторник 8

сезон: Весна

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
Дополнительное питание																										
294**	Чай с лимоном	180	0,063	0,09	13,78	55,45	0,036	0,009	2,52	0,342	0,009	3,186	5,62	4,14	0,26	27		0,018	0,063							
558****	Булочка «Алтайская»	100	8,6	5	52,8	290	0,12	0	2	0	3	66	16	14	1	0	0	0	0							
Итого:		280	8,663	5,09	66,58	345,45	0,156	0,009	4,52	0,342	3,009	69,186	21,62	18,14	1,26	27	0	0,018	0,063							

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2023-2024год

День : Среда 9

сезон: Весна

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины										Минералы									
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор							
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
Дополнительное питание																										
493****	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром)	200	0,1	0	15	60	0	0		0		3	11	1	0,3	21										
590****	Печенье	40	3	3,92	29,76	166,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	36	11,6	8	0,83	0	0	0	0							
Итого:		240	3,1	3,92	44,76	226,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	39	22,6	9	1,13	21	0	0	0							

