

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания**  
**ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Каша "Дружба" молочная 150 гр.	150	362	
	Оладьи с повидлом 55/20 75 гр.	75	114	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		545	611	
<b>Итого за день</b>		545	611	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания**  
**ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Плов из птицы (1 вариант) 200 гр.	200	435	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 50 гр.	50	118	
	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 60 гр	60	14	
<b>Итого за Завтрак</b>		510	628	
<b>Итого за день</b>		510	628	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания  
ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Сосиски отварные 100 гр.	100	300	
	Пюре картофельное 150 гр.	150	150	
	Чай с молоком 200 гр.	200	64	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Свекла отварная 60 гр.	60	25	
<b>Итого за Завтрак</b>		550	633	
<b>Итого за день</b>		550	633	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания**  
**ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая жидкая молочная с маслом сливочным 200 гр.	200	223	
	Кофейный напиток б/м 200 гр.	200	75	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
	Печенье 50 гр.	50	198	
<b>Итого за Завтрак</b>		550	543	
<b>Итого за день</b>		550	543	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания**  
**ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога 220 гр.	220	480	
	Сметана 20 гр.	20	32	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Сыр сычужный твердый (порциями) 20 гр.	20	50	
<b>Итого за Завтрак</b>		500	717	
<b>Итого за день</b>		500	717	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания  
ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная жидкая 200 гр.	200	225	
	Оладьи с повидлом 55/20 75 гр.	75	114	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 50 гр.	50	118	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		625	545	
<b>Итого за день</b>		625	545	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания  
ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный 200 гр.	200	383	
	Икра кабачковая (промышленного производства) 60 гр.	60	47	
	Чай с молоком 200 гр.	200	64	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
<b>Итого за Завтрак</b>		500	588	
<b>Итого за день</b>		500	588	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания**  
**ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Плов из птицы (1 вариант) 200 гр.	200	435	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 40 гр.	40	94	
	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 60 гр	60	14	
<b>Итого за Завтрак</b>		500	604	
<b>Итого за день</b>		500	604	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания  
ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Каша овсяная вязкая молочная с маслом, сахаром 200 гр.	200	249	
	Кофейный напиток б/м 200 гр.	200	75	
	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
	Печенье 50 гр.	50	198	
<b>Итого за Завтрак</b>		550	569	
<b>Итого за день</b>		550	569	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО:

ООО "ИВ" ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ КИРОВСКОЙ СОШ  
Близнюкова Л.В.



**Рацион питания  
ВР\_7-11 лет с 7 лет до 11 лет СанПиН 2020**

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Сосиски отварные 100 гр.	100	300	
	Макаронные изделия отварные 150 гр.	150	230	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 50 гр.	50	118	
	Икра кабачковая (промышленного производства) 60 гр.	60	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		560	736	
<b>Итого за день</b>		560	736	

Повар детского питания- ответственный

за организацию питания \_\_\_\_\_