



«УТВЕРЖАЮ»
Директор ООУ СОШ с. Хворостянка м.р.
П.А. Грошева

«СОГЛАСОВАНО»
Родительский комитет

27.09.2024г

«СОГЛАСОВАНО»
Директор ООУ СОШ с. Хворостянка м.р.
Хворостянский Самарской области



27.09.2024г
Савенкова

Дополнительное меню по витаминизации

к десятидневному основному (организованному) меню

для детей начальных классов, для детей с ОВЗ, для детей, родители которых принимают участие в СВО,

для детей из многодетных семей

Осенне-зимний период 2024года.

Меню разработано с использованием литературы:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015 год.

Первая неделя

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

Вторая неделя

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

Первая неделя

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
													В1, мг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
													В1, мг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг		В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг			
													В1, мг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00		

Вторая неделя

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг			Д, мкг
СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДУП. 200 МЛ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		
Всего за день:		1,0	0,2	19,6	83,4	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00		