

Примерное двухнедельное меню  
двухразового питания детей с ОВЗ и инвалидностью

Директор МКОУ СОШ с.п. Хушто-Сырт  
(Кожиков М.М.)  
от 31.08.2022 г. приказ №108



день: 03.04.2022

неделя: 1 понедельник

1

возрастная категория: 1-11 класс

сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	20	0,2	0	0,5	2,8	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	
54-1соус-2020	Соус сметанный	100	1,5	8,4	3,4	95,2	
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
	<b>Итого:</b>	<b>591</b>	<b>30,65</b>	<b>31,66</b>	<b>84,86</b>	<b>748,10</b>	
Второй завтрак							
54-6г-2020	Сырники	100	17,10	9,00	22,40	239,30	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>300</b>	<b>17,30</b>	<b>9,00</b>	<b>28,90</b>	<b>266,10</b>	





день: 05.04.2022  
 возрастная категория:

3 среда  
 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
<b>Завтрак</b>							
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	
54-24м-2020	Шницель из курицы	125	24,00	5,50	16,80	211,80	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	
0	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>32,17</b>	<b>11,40</b>	<b>68,29</b>	<b>504,00</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшениная	200	8,3	11,6	37,5	288	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>200</b>	<b>8,30</b>	<b>11,60</b>	<b>37,50</b>	<b>288,00</b>	







07.04.2023

день: 5 пятница  
возрастная категория: 1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,5	13,5	3,1	188,9	
54-12г-2020	Каша пшенинная рассыпчатая	150	6,30	7,10	35,50	231,60	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35	
0	<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>26,22</b>	<b>24,49</b>	<b>87,2</b>	<b>676,35</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
Пром.	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2	
	<b>Итого за Второй завтрак:</b>	<b>220</b>	<b>7,30</b>	<b>7,00</b>	<b>22,90</b>	<b>183,40</b>	

