

Примерное двухнедельное меню
двухразового питания детей с ОВЗ и инвалидностью

день: 05.05.2025
неделя: 10
возрастная категория:

сезон: 1 понедельник
1-11 класс
осенне-зимний



Директор МКОУ СОШ № 1
Хушто-Сырт
Ибрагимов М.М.)
01.08.2024 г. приказ №221/5

№ рецептуры	наименование блюда	Завтрак					энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
		масса порции	белки	жиры	углеводы			
54-13з-2020	Салат свекольный	60	0,8	2,70	4,60		45,6	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36		233,7	
54-4м-2020	Котлеты из говядины	90	16,4	15,7	14,8		265,5	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5		26,8	
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05		33,05	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49		70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17		33,60	
	Итого:	551	28,90	28,76	83,61		708,75	
Второй завтрак								
54-18к-2020	Суп молочный с рисом	160	3,9	3,6	15		106,7	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50		26,80	
	Итого за Второй завтрак:	360	4,10	3,60	21,50		133,50	

2 ВТОРНИК

1-11 класс



№ рецеп.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,7	301,2	
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,20	2,60	16,70	98,20	
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	3,00	0,00	6,70	27,90	
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
Пром.	Фрукт (банан)****	150	2,30	0,00	33,60	143,40	
	Итого за Завтрак:	561	40,40	17,36	100,41	707,85	
Второй завтрак							
54-3в-2020	Вафли	50	2,50	9,90	27,90	210,50	
Пром.	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	
	Итого за Второй завтрак:	250	3,10	9,90	60,90	344,90	

3 среда
1-11 класс

04.05.2025



№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-20з-2020	Горошек зеленый консервированный	30	0,85	0,05	1,75	11,05	
54-24м-2020	Шницель из курицы	120	23,00	5,10	16,20	202,20	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	6,00	3,60	12,60	100,40	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	
#ССЫЛКА1	Итого:	555	37,12	14,55	73,24	566,25	
Второй завтрак							
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	
	Итого за Второй завтрак:	200	8,30	11,60	37,50	288,00	