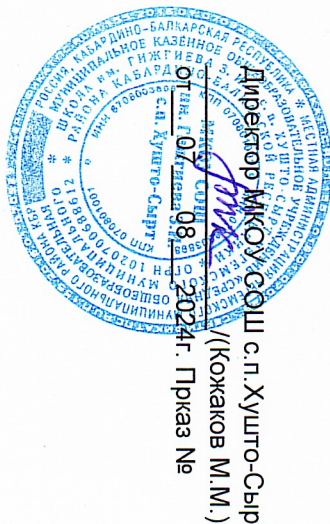


Примерное двухнедельное меню
двухразового питания детей с ОВЗ и инвалидностью

день: 22.04.2022
неделя: 1
возрастная категория: 1-11 класс

сезон: осенне-зимний



Директор МКОУ СОШ с.п. Хушто-Сырт
(Кожиков М.М.)
от 07.08.2022г. Приказ №

№ рецептуры							
	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-23-2020	Овощи в нарезке (отурец)	60	0,35	0,1	1,3	7,3	
54-41-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	
54-4м-2020	Котлеты из говядины	100	17	19	13	257,4	
54-1соус-2020	Соус сметанный	90	1,5	8,4	3,4	95,2	
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	
	Масло сливочное	5	0	3,6	0,1	36	
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:	646	30,65	31,66	84,86	783,40	
Второй завтрак							
54-6т-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	
	Итого за Второй завтрак:	300	17,30	9,00	28,90	266,10	

день: 23.04.2024

2 вторник
1-11 класс



№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	25,6	16,1	25	347,8	
Пром.	Молоко стуженное с сахаром	30	2,20	2,60	16,70	98,20	
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	
	Масло сливочное	5	0	3,6	0,1	36	
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:	576	33,45	19,26	103,56	721,40	
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	

день: 24.09.2024
возрастная категория:

3 среда
1-11 класс



№ реч.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	0,00
54-24м-2020	Шницель из курицы	130	26,00	5,95	17,11	229,45	0,00
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	0,00
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	0,00
	Масло сливочное	5	0	3,6	0,1	36	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,00
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	0,00
0	Итого:	585	38,57	16,15	74,50	601,55	0,00
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	

день: 25.04.2022
возрастная категория:

4 четверг
1-11 класс

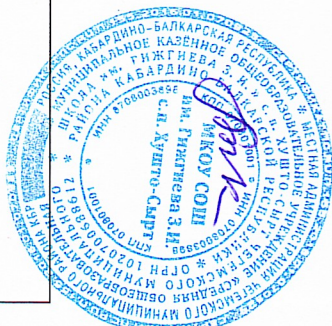


№ рецеп.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-213-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	32,5	
268	Рыба запечённая	100	16,16	14,6	4,4	214	
54-6Г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,2	38,1	213,5	
54-2ГН-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
	Масло сливочное	5	0	3,6	0,1	36	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	40	3,03	4,25	20,6	102,89	0,00
	Итого за Завтрак:	625	25	20,06	105,56	674,89	
Второй завтрак							
54-1Г-2020	Пряник	75	14,80	5,30	10,80	150,60	
54-7ХН-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	
	Итого за Второй завтрак:	275	15,40	5,30	33,50	243,80	

26.04.2024

Возрастная категория:

1-1курс



№ п/п	Наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
139	Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	
54-12м-2020	Плов с курицей	240	30,30	10,90	36,20	325,60	
54-21пн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	
	Масло сливочное	5	0	3,6	0,1	36	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	6,70	34,20	
	Итого за Завтрак:	570	39,87	27,40	77,69	650,70	
Второй завтрак							
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	
	Итого за Второй завтрак:	210	8,80	12,80	0,00	310,90	