

Примерное двухнедельное меню
двухразового питания детей с ОВЗ и инвалидностью

День:

18.03.2024г

Неделя:

1 понедельник

возрастная категория:

1-11 класс

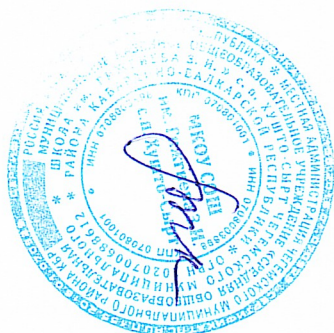
Сезон:

осенне-зимний



Директор МКОУ СОШ с.п. Хушто-Сырт
(Кожаканов М.М.)
от 31.08.2023г. приказ №172

№ рецептуры	наименование блюда	Завтрак						энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
		масса порции	белки	жиры	углеводы				
54-23-2020	Овощи в нарезке (отурец)	60	0,35	0,1	1,3		7,3		
54-4Г-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: 20.08.2020г

3 среда
1-11 класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
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: 21.03.2024

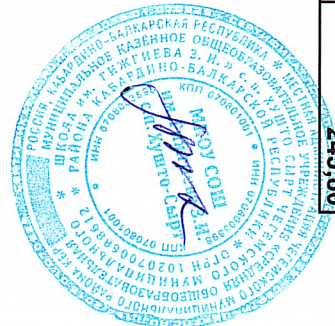
4 четверг
1-11 класс



№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-213-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	32,5	
54-3р-2020	Коглета рыбная (минтай)	115	12,9	6,21	11,27	150	
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						
54-1Т-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	

день: *дд. мм. гг.гг* 5 пятница
 возрастная категория: 1-11класс



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
0	Капуста тушеная	0	0,00		11,84	115,50	
54-12М-2020	Плов с курицей	240	30,30	10,90	36,20	325,60	
54-21Н-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	38,57	19,30	69,89	650,70	