

Примерное двухнедельное меню
двухразового питания детей с ОВЗ и инвалидностью

день: 04.08.2023г

неделя: 1

возрастная категория: 1-11 класс

сезон: осенне-зимний

1 понедельник

1-11 класс

осенне-зимний



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

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	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	
54-2згн-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	
	Итого:	646	30,65	31,66	84,86	783,40	
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	
	Итого за Второй завтрак:	300	17,30	9,00	28,90	266,10	

День: 06.03.2022
 Возрастная категория:

3 среда
 1-11 класс



№ рец.	наименование блюда	Завтрак					энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
		масса порции	белки	жиры	углеводы			
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	
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 пшеничная	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: 07.08.2022

4 четверть
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	
54-39-2020	Котлета 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	
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:	620	25	16,46	105,46	638,89	
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	

