

СОГЛАСОВАНО:

Директор БОУ СМР «Общеобразовательная»

Школа для обучающихся с ОВЗ»

Староверова Ирина Николаевна

2023г.



УТВЕРЖДЕНО:

Индивидуальный предприниматель

Сушинова Оксана Валериевна

2023г.



МЕНЮ ОВЗ

ОСНОВНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Эн.Цен.	цена
1 день завтрак	Понедельник						
112	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	6,04	7,27	34,29	227,16	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
300	Чай с сахаром	200 гр.	0,12	-	12,04	48,64	
	Итого:	455	9,91	8,72	71,78	407,80	
обед							
67	Борщ с капустой и картофелем с мяс туш.	200	5,15	5,98	11,54	113,85	
180	Гуляш из мяса	50/50	18,07	20,18	5,62	276,3	
227	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,32	211,73	
	Свежие огурцы	30	0,21	0,03	1,08	4,5	
283	Компот из сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103	
	Итого:	530	27,66	26,07	89,96	709,32	
	Итого:	1185	42,72	40,77	173,28	1230,97	
2 день завтрак	вторник						142-00
102	Каша «Дружба»	205	6,55	8,33	35,09	241,11	
382	Бутерброд с повидлом	15/15	1,27	4,00	20,60	123,6	
300	Чай с сахаром	200 гр.	0,12	-	12,04	48,64	
	Итого	435	7,94	12,33	68,09	413,35	
обед							
42	Рассольник Ленинградский	200	4,02	9,04	26,24	119,68	
210	Курица в соусе	100	28,75	34,68	4,53	445,24	
	Свежий помидор	20	0,12	0	0,76	2,8	
241	Пюре картофельное	150	3,20	6,06	23,3	160,5	
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,5	103,00	
	Итого:	520	36,05	41,3	70,1	758,41	
	Итого:	1155	48,01	62,67	164,43	1291,44	142-00
3 день завтрак	среда						
114	Каша рисовая молочная с маслом	205	5,12	6,62	32,61	210,1	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	
	Итого	455	8,99	8,07	70,10	390,74	
44	Суп из овощей со сметаной	200	1,54	4,69	10,07	92,19	
189	Котлета мясная с маслом	50/5	10,68	11,72	5,74	176,75	

219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	7,43	45,0	263,81	
294	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	
	Хлеб Ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103,00	
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,00	
	Итого	555	23,18	20,12	95,9	652,18	
	Итого:	1210	33,71	32,88	176,07	1135,11	142-00
4 день завтрак	четверг						
115	Каша ячневая на молоке с маслом	200/5	7,23	6,67	39,54	246,87	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	13,04	48,64	
	Итого:	455	11,10	8,12	78,03	427,51	
45	Суп картофельный с бобовыми и туш мясом	200	1,87	3,11	10,89	79,03	
192	Печень говяжья по-строгановски	50/50	16,66	20,69	3,36	264,40	
224	Рис отварной	150	3,89	5,09	40,28	225,18	
	Свежие огурцы	20	0,14	0,02	0,72	3,00	
300	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103,00	
	Итого:	520	24,11	26,36	76,45	644,22	
	Итого:	1175	37,08	37,59	165,37	1150,76	142-00
5 день завтрак	пятница						
104	Каша гречневая на молоке	200/5	7,94	8,21	35,13	246,17	
312	Булка «Домашняя»	60	4,37	7,07	36,80	228,20	
300	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	Итого:	465	12,43	15,28	83,97	523,01	
обед							
63	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом тушеным	200	1,67	5,06	8,51	86,26	
211	Плов из птицы цыпленка с огурцом	210/20	26,65	32,38	41,05	533,64	
283	Компот из сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103,00	
	Яблоко свежий урожай	100	0,4	0,4	9,80	47,00	
	Итого	580	30,91	33,34	98,79	797,43	
	Итого:	1245	45,01	53,68	191,27	1406,70	142-00
6 день завтрак	понедельник						
112	Каша пшеничная на молоке	205	6,04	7,27	34,29	227,16	
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
	Итого:	455	9,91	8,72	71,78	407,80	
50	Суп картофельный с рыбой	200	10,57	3,29	5,36	92,99	
210	Курица в соусе с томатом	120	29,3	21,62	7,44	434,79	
	Свежие помидоры	30	0,18	0	1,14	4,2	
227	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,32	211,73	
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103	
	Итого	550	38,98	27,48	84,96	800,59	

	Итого:	1205	59,46	39,49	162,1	1301,38	142-00
7 день завтрак	вторник						
132	Омлет натуральный	65	5,82	9,02	1,52	110,54	
300	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
	Итого:	315	9,69	10,47	39,01	291,18	
7 день обед							
47	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,26	2,29	17,41	99,27	
206	Жаркое по -домашнему	200	18,42	20,69	26,77	337,60	
283	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,56	20,05	103,00	
	Яблоки свежий урожай	100	0,4	0,4	9,80	47,00	
	Итого:	550	22,68	21,65	84,51	501,39	
	Итого:	1065	34,63	34,41	140,93	891,84	
							142-00
8 день завтрак	среда						
102	Каша «Дружба» на молоке	205	6,55	8,33	35,09	241,11	
300	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
	Итого:	455	10,42	9,78	72,58	421,75	
37	Борщ с капустой и картофелем с мяс туш.	200	1,52	5,33	8,65	88,89	
202	Тефтели мясные (ежики)	60/40	9,16	13,53	9,44	196,14	
219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	7,43	45,0	263,81	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103,00	
290	Напиток клюквенный	200	0,11	-	21,07	84,69	
	Итого:	500	21,30	21,52	95,56	647,64	
	Итого:	1155	33,24	36,63	176,79	1158,28	142-00
9 день завтрак	четверг						
109	Каша овсяная из Геркулеса на молоке	205	6,33	8,90	25,49	207,38	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
300	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	Итого:	455	10,20	10,35	62,98	388,02	
обед							
45	Суп картофельный с бобовыми и туш мясом	200	1,87	3,11	10,88	79,03	
161	Котлета рыбная	50/5	9,8	6,63	6,40	130,90	
223	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4,53	19,67	25,59	297,48	
274	Кисель из концентрата	200	1,36	-	29,02	116,19	
	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,62	0,78	28,07	144,20	
	Вафли сливочные	30	1,65	6,60	19,80	147,00	
	Итого:	505	21,94	33,68	108,88	835,77	
	Итого:	1160	34,01	47,13	182,74	1302,82	142-00

10 день завтрак	пятница						
124	Макароны отварные с сыром	100/10	3,40	5,30	18,70	146,00	
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	13,04	48,64	
	Хлеб из пшеничной муки	35	1,88	0,21	7,69	49,50	
	Итого:	345	5,4	5,51	39,43	244,14	
обед							
44	Суп из овощей с зеленым горошком мясом и сметаной	200	1,54	4,69	10,07	92,19	
141	Запеканка творожная с повидлом	160/40	29,22	12,11	29,1	342,23	
289	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87	
	Хлеб из пшеничной муки	35	1,88	0,21	7,69	49,50	
	Яблоки свежий урожай	100	0,4	0,4	9,80	47,00	
	Итого:	535	32,18	12,72	67,60	485,60	
	Итого:	1080	39,12	22,92	117,10	821,93	142-00