

СОГЛАСОВАНО:

Директор БОУ СМР «Общеобразовательная»

Школа для обучающихся с ОВЗ»

Староверова Ирина Николаевна

2023г.



УТВЕРЖДЕНО:

Индивидуальный предприниматель

Сушинова Оксана Валериевна

2023г.



МЕНЮ

ОСНОВНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ с ОВЗ 5-11 КЛАССОВ

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Эн.Цен	цена
<b>1 день завтрак</b>	<b>понедельник</b>						
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	
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>9,91</b>	<b>8,72</b>	<b>71,78</b>	<b>407,80</b>	
<b>Обед 1 день</b>							
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	
283	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>32,6</b>	<b>32,02</b>	<b>100,42</b>	<b>818,67</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1155</b>	<b>42,51</b>	<b>40,74</b>	<b>172,2</b>	<b>1226,47</b>	<b>124-00</b>
<b>Завтрак 2 день</b>	<b>вторник</b>						
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	
	<b>Итого:</b>	<b>435</b>	<b>7,94</b>	<b>12,33</b>	<b>67,73</b>	<b>413,35</b>	
<b>Обед 2 день</b>							
42	Рассольник Ленинградский	200	4,02	9,04	25,91	119,68	
210	Курица в соусе	100	28,75	34,68	4,53	445,24	
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	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>39,95</b>	<b>50,34</b>	<b>95,25</b>	<b>875,29</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1135</b>	<b>47,89</b>	<b>62,67</b>	<b>162,98</b>	<b>1288,64</b>	<b>124-00</b>
<b>3 день завтрак</b>	<b>среда</b>						
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	
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>8,99</b>	<b>8,07</b>	<b>70,1</b>	<b>460,84</b>	
<b>Обед 3 день</b>							
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	
	<b>Итого:</b>	<b>655</b>	<b>24,32</b>	<b>24,41</b>	<b>96,17</b>	<b>697,37</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1110</b>	<b>33,31</b>	<b>32,48</b>	<b>166,27</b>	<b>1158,21</b>	<b>124-00</b>
<b>4 день</b>	<b>четверг</b>						
<b>завтрак</b>							
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	
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>11,1</b>	<b>8,12</b>	<b>78,03</b>	<b>427,51</b>	
<b>Обед 4</b>							
<b>день</b>							
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	
300	Чай с сахаром	200	0,12		12,04	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,56	20,05	103,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>25,84</b>	<b>29,45</b>	<b>86,62</b>	<b>720,25</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1155</b>	<b>36,94</b>	<b>37,57</b>	<b>164,65</b>	<b>1147,76</b>	<b>124-00</b>
<b>5 день</b>	<b>пятница</b>						
<b>завтрак</b>							
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	
	<b>Итого:</b>	<b>465</b>	<b>12,43</b>	<b>15,28</b>	<b>83,97</b>	<b>523,01</b>	
<b>обед</b>							
63	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом тушеным	200	1,67	5,06	8,51	86,26	
211	Плов из птицы цыпленка	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	
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>32,18</b>	<b>38</b>	<b>97,5</b>	<b>836,69</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1145</b>	<b>44,61</b>	<b>53,28</b>	<b>181,47</b>	<b>1359,70</b>	<b>124-00</b>
<b>6 день</b>	<b>понедельник</b>						
<b>завтрак</b>							
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	
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>9,91</b>	<b>8,72</b>	<b>71,78</b>	<b>407,8</b>	
<b>Обед</b>							
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	
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	103,00	
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>49,37</b>	<b>30,77</b>	<b>89,18</b>	<b>889,38</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1175</b>	<b>59,28</b>	<b>39,49</b>	<b>160,96</b>	<b>1297,18</b>	<b>124-00</b>
<b>7 день</b>	<b>вторник</b>						

<b>завтрак</b>							
132	Омлет натуральный	65	5,82	9,02	1,52	110,54	
300	Чай с сахаром	200	0,12	0	13,04	48,64	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,00	
	<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>9,69</b>	<b>10,47</b>	<b>40,01</b>	<b>291,18</b>	
<b>Обед</b>							
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	
	Булка с сыром	20/20	6,62	9,48	10,06	152,00	
	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>31,16</b>	<b>33,02</b>	<b>102,18</b>	<b>805,66</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1005</b>	<b>40,85</b>	<b>43,49</b>	<b>142,19</b>	<b>1096,84</b>	<b>124-00</b>
<b>8 день завтрак</b>	<b>среда</b>						
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	
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>10,42</b>	<b>9,78</b>	<b>72,58</b>	<b>421,75</b>	
<b>обед</b>							
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	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>22,82</b>	<b>26,85</b>	<b>104,21</b>	<b>736,53</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1155</b>	<b>33,24</b>	<b>36,63</b>	<b>176,79</b>	<b>1158,28</b>	<b>124-00</b>
<b>9 день завтрак</b>	<b>четверг</b>						
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	
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>10,2</b>	<b>10,35</b>	<b>62,98</b>	<b>388,02</b>	
<b>обед</b>							
45	Суп картофельный с бобовыми и туш мясом	200	1,87	3,11	10,89	79,03	
161	Котлета рыбная	50/5	9,8	6,63	6,40	130,90	
223	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150	4,51	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	
	<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>22,16</b>	<b>30,19</b>	<b>99,97</b>	<b>767,8</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>1130</b>	<b>32,36</b>	<b>40,54</b>	<b>162,95</b>	<b>1155,82</b>	<b>124-00</b>
<b>10 день завтрак</b>	<b>пятница</b>						
124	Макароны отварные с сыром	100/10	3,40	5,30	18,70	146,00	
300	Чай с сахаром	200	0,12	-	13,04	48,64	
	Хлеб из пшеничной муки	50	3,75	1,45	25,45	132,0	
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>7,27</b>	<b>6,75</b>	<b>57,19</b>	<b>326,64</b>	
<b>обед</b>							

44	Суп из овощей с зеленым горошком 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	-	21,01	46,87	
	Хлеб из пшеничной муки	35	1,88	0,21	7,69	49,50	
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>33,32</b>	<b>17,01</b>	<b>67,87</b>	<b>530,79</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>995</b>	<b>40,59</b>	<b>23,76</b>	<b>125,06</b>	<b>857,43</b>	<b>124-00</b>