

Утверждаю:
Директор ООО «Общепит»
В.А. Мосина
« 25 » 08 2023г



Примерное 10-ти дневное меню в школьных столовых для учащихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов на осенне-зимний период 2023-2024 учебного года
(возраст с 11 лет и старше)

Согласовано: директор МБОУ СОШ им. А.М. Горького



С.А. Иванова
« 28 » 08 2023г

Неделя: первая, вторая

№ рец. Сб.рец. Шк.пит.2004г, 2020г	Наименование блюда	Масса блюда гр.	Пищевая ценность гр.			Энергетич. ценность ккал/Дж
			белки	жиры	углеводы	
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ЗАВТРАК:						
16-00						
772	Булочка с маком	1/50	4	1,6	26,3	137/576
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ОБЕД:						
44-00 руб						
151	Суп рисовый с кур.	1/250	11,7	6,7	20,1	190/796
487	Птица отварн.	1/40	7,6	3	0,2	58/243
54-1г-2020	Макароны отварные	1/150	5	5,4	35	207,7/870
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ИТОГО ОБЕД			30,7	17	104,4	697/2923
ВТОРНИК						
ЗАВТРАК:						
16-00						
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	1/150	16,6	7,4	89,9	492/2061
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ОБЕД:						
44-00 руб						
124	Щи из св.капусты с картоф.со сметаной	1/250/15	2,1	4,3	10	108/787
547-7р-2020	Рыба припуш. в молоке	1/40	4,4	2,9	1,2	42/178
54-11г-2020	Картофельное пюре	1/100	2	4,3	15,8	105/439
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
ИТОГО ОБЕД			27,5	19,2	139,7	852/3569

СРЕДА						
ЗАВТРАК:						
16-00						
769	Булочка домашняя	1/25	1,87	3,3	15,2	98,5/412,7
53-19з-2020	Масло слив.порциями	1/10	0,06	7,26	0,08	65,8/275,7
54-1з-2020	Сыр тв.(Российский) в нарезке	1/15	3,3	4	0	48,5/203
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ОБЕД:						
44-00 руб						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	1/30	0,25	0	0,7	4,2/17,5
54-8с-2020	Суп картоф.с горохом.с кур.	1/250	8,9	4,6	23,1	169,5/710,3
487	Птица отварн.	1/40	7,6	3	0,2	58/243
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	8,2	6,5	42,8	262,2/1098
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
ИТОГО ОБЕД			32,4	28,9	104	812/3403
ЧЕТВЕРГ						
ЗАВТРАК:						
16-00 руб.						
743	Расстегай с мясом	1/50	8,5	11,5	38,8	292/1223
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ОБЕД:						
44-00 руб.						
54-2с-2020	Борщ с капустой и картоф.со сметаной	1/250/15	2,17	6,6	12,9	120,3/504
54-12м-2020	Плов с курицей	1/100	27,2	7,9	34,7	318,7/1335
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
ИТОГО ОБЕД			40,2	26,3	109	836/3506
ПЯТНИЦА						
ЗАВТРАК:						
16-00 руб.						
6	Бутерброд с мясн.гастрон.прод-ми	1/35	3,7	6,2	6,5	110/460
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110

	ОБЕД:					
	44-00 руб					
54-7с-2020	Суп картофельный с кур.	20/250	3,15	0,17	26,2	119/499
54-1г-2020	Макаронны отварные	1/100	3,5	4	23	138/578
ТК-5	биточки	1/80	13,9	9,5	4	238/997
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
	ИТОГО ОБЕД		26,6	20,2	82,5	710/2978
ПОНЕДЕЛЬНИК						
	ЗАВТРАК:					
	16-00 руб.					
54-17к-2020	Суп молочный с гречневой крупой	1/200	5,6	5,8	17,3	143,6/601
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
	ОБЕД:					
	44-00 руб					
147	Суп .с мак изделиями	1/250	2,4	5,3	15,7	121/506
487	Птица отварн.	1/40	7,6	3	0,2	58/243
54-6Г-2020	Каша гречневая	1/150	3,6	5,2	38,1	213,2/893
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
	ИТОГО ОБЕД		21,6	19,6	95	640/2909
ВТОРНИК						
	ЗАВТРАК:					
	16-00 руб.					
769	Булочка домашняя	1/25	1,87	3,3	15,2	98,5/412,7
53-19з-2020	Масло слив.порциями	1/10	0,06	7,26	0,08	65,8/275,7
54-1з-2020	Сыр тв.(Российский) в нарезке	1/15	3,3	4	0	48,5/203
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
	ОБЕД:					
	44-00 руб					
54-9с-2020	Суп картоф. С фасолью	1/250	8,7	5,5	21	168/703
54-12м-2020	Плов с курицей	1/100	27,2	7,9	34,7	318,7/1335
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110

ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
	ИТОГО ОБЕД		43	28,2	93	802/3359
СРЕДА						
	ЗАВТРАК:					
	16-00 руб.					
6	Бутерброд с мясн.гастрон.прод-ми	1/35	3,7	6,2	6,5	110/460
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
	ОБЕД:					
	44-00 руб					
124	Щи из св.капусты с картоф.со сметаной	1/250/15	2,1	4,3	10	108/787
ТК-5	Тефтели	1/71	15,3	19,1	4,1	241/1010
54-1г-2020	Макароньы отварные	1/100	3,3	3,4	23	138/578
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
	ИТОГО		26,8	33,3	66,4	702/2944
ЧЕТВЕРГ						
	ЗАВТРАК:					
	16-00 руб.					
54-3г-5020	Макароньы отварные с сыром	1/150	16,6	7,4	89,9	492/2061
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
	ОБЕД:					
	44-00 руб					
54-2с-2020	Борщ с капустой и картоф.со сметаной	1/250/15	2,17	6,6	12,9	120,3/504
ТК-5	Котлета рыбная	1/80	13,9	9,5	4	238/997
54-11г-2020	Картофельное пюре	1/100	2	4,3	15,8	105/439
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
	ИТОГО		26,1	21,3	143	865/3624
ПЯТНИЦА						
	ЗАВТРАК:					
	16-00 руб.					
ТК15	Плюшка "Московская"	1/100	8,5	4,3	55	292/1223
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110

ОБЕД:						
44-00 руб						
54-8с-2020	Суп картоф.с горохом.с кур.	1/250	8,9	4,6	23,1	169,5/710,3
54-10м-2020	Капуста туш. С мясом	1/100	11,3	18,1	8,1	241/1009
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	1/200	0,2	0	6,4	26,4/110
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
ИТОГО			31,1	27,3	109	808/3386

Составил технолог



Королева О.Ю.