

Утверждаю
Директор ООО «Общедит»
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 7 до 11 лет)

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

С.А. Иванова
«25» *08* 2023г



Неделя: первая, вторая

№ рец. Сб.рец.	Наименование блюда	Масса блюда гр.	Пищевая ценность гр.			Энергетич. ценность ккал/Дж
			белки	жиры	углеводы	
Шк.пит.2004г, 2020г						
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ОБЕД:						
60-00 руб						
151	Суп рисовый с кур.	1/200	8,8	5,5	18,3	152/636,8
ТК-1	Котлета свиная	1/94	16,9	23,3	41,5	360/1508
54-1г-2020	Макароны отварные	1/100	3,3	3,5	23	150/628
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			31,2	32,6	99,2	741/3106
ВТОРНИК						
ОБЕД:						
60-00 руб						
124	Щи из св.капусты с картоф.со сметаной	1/200/15	1,6	5,4	28	186,4/781
547-7р-2020	Рыба припущ. в молоке	1/40	4,4	25,4	1,2	43/180
54-11г-2020	Картофельное пюре	1/100	2	3,8	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			10,2	34,9	61,4	413/1732
СРЕДА						
ОБЕД:						
60-00 руб						
54-8с-2020	Суп картоф.с горохом.с кур.	1/250	8,9	4,6	23,1	169,5/710,3
ТК-2	Котлета Куриная	1/80	11,8	10,5	13,4	203/852
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	1/100	4,1	3,2	21,4	131/548
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	18,6	74,3	582/2440
ЧЕТВЕРГ						
	ОБЕД:					
	60-00 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	13,6	3,9	17,3	159,3/667
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		17,9	10,8	46,6	359/1504
ПЯТНИЦА						
	ОБЕД:					
	60-00 руб					
54-7с-2020	Суп картофельный с кур.	1/250	3,15	0,17	26,2	119/499
54-1г-2020	Макароны отварные	1/100	3,3	3,5	23	150/628
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		22,5	13,5	69,6	586/2457
ПОНЕДЕЛЬНИК						
	ОБЕД:					
	60-00 руб					
147	Суп .с мак изделиями	1/250	2,4	5,3	15,7	121/506
ТК1	Котлета куриная	1/80	18	10,4	13,8	222/930
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	1/100	4,1	3,2	21,4	131/548
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		26,7	19,2	67,3	553/2318
ВТОРНИК						
	ОБЕД:					
	60-00 руб					
54-9с-2020	Суп картоф. С фасолью	1/250	8,7	5,5	21	168/703
54-6г-2020	Рис отварн.	1/150	3,6	5,2	38,1	213,2/892

487	Птица отварн.	1/40	7,6	3	0,2	58/243
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			22,1	14	75,6	518/2172
СРЕДА						
ОБЕД:						
60-00 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	3,5	23	150/628
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			22,9	27,2	53,5	578/2423
ЧЕТВЕРГ						
ОБЕД:						
60-00 руб						
54-2с-2020	Борщ с капустой и картоф.со сметаной	1/250/15	2,17	6,6	12,9	120,3/504
ТК-3	Котлета рыбная	1/80	13,9	9,5	4	238/997
54-11г-2020	Картофельное пюре	1/100	2	3,8	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			12,3	15,9	48,3	388/1627
ПЯТНИЦА						
ОБЕД:						
60-00 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			22,4	23	47,6	489/2050

Составил технолог



Королева О.Ю.