

Согласовано:

Директор ИП Комов В.Е.

В.Е. Комов
« 11 » января 2021 г.



Утверждено:

Директор МКОУ СОШ № 7

Е.Е. Рудникова
« 11 » января 2021 г.

МЕНЮ

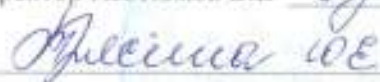
для организации питания обучающихся с ОВЗ общеобразовательных учреждений
(с 12-18 лет) сезонность: *осень-весна*
(1 НЕДЕЛЯ)

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Стоимость питания
		Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1	2	3	4	5	6	
ПОНЕДЕЛЬНИК (завтрак-обед)						
Каша молочная «Дружба»	200/5	3,5	2,0	21,0	116,0	19-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Сыр (порционно)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	10-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
Суп картофельный с рыбой	250	8,61	8,40	14,34	167,25	30-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
ИТОГО:		20,15	15,39	110,66	643,65	71-00
ВТОРНИК (завтрак-обед)						
Жаркое по-домашнему	60/130	21,16	34,25	24,65	491,49	73-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
Борщ	250	1,81	4,91	125,25	102,50	31-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
ИТОГО:		27,63	39,72	218,68	873,83	114-00
СРЕДА (завтрак-обед)						
Омлет натуральный	150/5	14,27	22,16	2,65	267,93	35-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,00	24,76	94,20	5-00
Суп рисовый с говядиной	250	6,18	3,30	14,65	113,00	39-80
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,00	24,76	94,20	5-00
ИТОГО:		25,67	26,02	111,52	751,89	88-80
ЧЕТВЕРГ (завтрак-обед)						
Печень по-строгановски	110	23,32	28,95	4,7	370,15	49-00
Каша рассыпчатая гречневая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	12-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00

Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Суп из овощей	250	2,10	7,48	11,69	122,96	21-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
ИТОГО:		37,49	42,6	124,28	1016,38	93-00
ПЯТНИЦА(питраке-обед)						
Котлета рыбная	100	14,99	5,06	9,59	143,75	29-25
Рис припущенный с маслом	150/5	3,72	5,44	37,77	215,05	11-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Сок натуральный фруктовый промышленного производства	200	0,00	0,00	10,46	94,25	20-00
Рассольник Петербургский	250	2,00	5,11	16,93	121,75	33-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
ИТОГО:		25,25	16,17	131,49	806,0	100-25

Согласовано:

Директор ИП Комов В.Е.


 « 11 » января 2021 г.


Утверждено:

Директор МКОУ СОШ № 7


 « 11 » января 2021 г.

МЕНЮ

для организации питания обучающихся с ОВЗ общеобразовательных учреждений
(с 12-18 лет) сезонность: осень-весна
(2 НЕДЕЛЯ)

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Стоимость питания
		Белки г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	
1	2	3	4	5	6	
ПОНЕДЕЛЬНИК (завтрак-обед)						
Каша рисовая молочная	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13	19-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Сок натуральный фруктовый промышленного производства	200	0,00	0,00	10,46	94,25	20-00
Щи из свежей капусты	250	1,75	4,89	8,49	84,75	26-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
ИТОГО:		11,41	12,07	108,3	620,33	72-00
ВТОРНИК (завтрак-обед)						
Курица в соусе с томатом	75/75	21,30	21,65	4,67	200,00	43-00
Макаронные изделия отварные	150/5	5,52	4,52	26,45	168,45	12-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
Суп гороховый	250	5,49	5,28	16,33	134,75	35-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
ИТОГО:		36,97	32,01	116,23	783,04	100-00
СРЕДА (завтрак-обед)						
Картофель отварной с маслом	150	2,86	4,32	23,01	142,35	11-00
Котлета рубленая домашняя	100	15,55	11,55	15,70	228,75	55-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,00	24,76	94,20	5-00
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	28-80
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
ИТОГО:		26,04	19,27	137,35	801,25	106-80
ЧЕТВЕРГ (завтрак-обед)						

Запеканка творожная	150/20	27,84	18,00	32,40	279,60	60-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Суп с мясными фрикадельками	250/25	7,29	5,70	16,99	148,50	37-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
ИТОГО:		39,79	24,26	118,17	707,94	107-00
ПЯТНИЦА (завтрак-обед)						
Битус «Школьный»	250	8,7	4,1	5,6	126,5	38-25
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
Суп крестьянский	250	5,99	7,54	15,53	148,28	31-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
ИТОГО:		19,25	12,2	96,45	580,58	81-25