

Примерное двухнедельное меню
двухразового питания детей с ОВЗ и инвалидностью

день: 09.11.2024
неделя: 1
возрастная категория: 1-11 класс

сезон: осенне-зимний

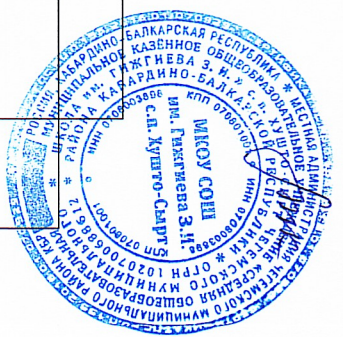


Директор школы Сош.с.п. Хушто-Сырт
Исмаилов М.М.
Исмаилов М.М.
№22/15

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-2з-2020	Овощи внарезке (огурец)	60	0,5	0,10	1,50	8,5	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7	
54-4м-2020	Котлеты из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,5	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
	Итого:	556	28,65	29,76	80,56	704,70	
Второй завтрак							
54-18к-2020	Суп молочный с рисом	160	3,9	3,6	15	106,7	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	
	Итого за Второй завтрак:	360	4,10	3,60	21,50	133,50	

ДЕНЬ: 11.12.2024
 возрастная категория:

3 среда
 1-11 класс



№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-3з-2024	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	
54-24м-2020	Шницель из курицы	120	23,00	5,10	16,20	202,20	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	6,00	3,60	12,60	100,40	
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	
#ССЫЛКА	Итого:	595	35,67	22,50	73,69	640,40	
Второй завтрак							
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
	Итого за Второй завтрак:	200	8,30	11,60	37,50	288,00	

День: *19.12.2020*
возрастная категория:

4 четверг
1-11 класс



№ рецеп.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	32,5	
54-2р-2020	Рыба запеченная с луком и сыром	100	16,1	11,1	2,8	175,2	
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	40	3,03	4,25	20,6	102,89	
	Итого за Завтрак:	606	27,48	28,01	94,26	711,09	
Второй завтрак							
54-1т-2020	Пряник	75	14,80	5,30	10,80	150,60	
54-7хн-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	
	Итого за Второй завтрак:	275	15,40	5,30	33,50	243,80	



день: 13.12.2024
5 пятница

возрастная категория: 1-11класс

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,10	5,80	81,50	
54-12м-2020	Плов с курицей	240	22,20	8,80	39,72	327,70	
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	3,00	0,00	6,70	27,90	
53-19з-2020	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	
	Итого за Завтрак:	556	26,65	22,66	73,88	607,30	
Второй завтрак							
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9	