

Меню для детей от 12 лет и старше

ОВЗ 2 день

№ рецептуры(от 12ЛЕТи старше)	Вторник, 1 неделя	Цена Руб.	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
			Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
	Завтрак						
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с маслом		60	4	8	25	189
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная		250	10	13	47	344
54-21гн	Какао с молоком		200	5	4	13	100
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
Пром.	Яблоко		100	0.4	0.4	10	44
	Итого за Завтрак		640	21	25	105	728
	Обед						
54-11з	Салат из моркови с яблоком		100	10	10	7	124
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной		250	6	7	13	138
54-6г	Рис отварной		200	5	6	49	271
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)		100	14	7	6	147
54-21хн	Кисель из клюквы		200	0.1	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный		70	5	1	34	164
Пром.	Хлеб ржаной		40	3	1	13	68
	Итого за Обед		960	43	32	136	969
	Итого за завтрак и обед		1600	64	57	241	1697

Меню для детей от 7-11 лет

ОВЗ 2 день

№ рецептуры(7-11ЛЕТ)	Вторник, 1 неделя	Цена Руб.	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
			Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
	Завтрак						
Пром.	Хлеб пшеничный ,ржаной, бутерброд с маслом		70	3	8	27	199
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная		200	8	10	38	275
54-21гн	Какао с молоком		200	5	4	13	100
Пром.	Яблоко		100	0.4	0.4	10	44
	Итого за Завтрак		570	16	22	88	618
	Обед						
54-11з	Салат из моркови с яблоком		100	10	10	7	124
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200	5	6	10	110
54-6г	Рис отварной		150	4	5	36	204
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)		100	14	7	6	147
54-21хн	Кисель из клюквы		200	0.1	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный		50	4	0.4	25	117
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
	Итого за Обед		830	39	29	108	810
	Итого за завтрак и обед		1400	55	51	196	1428

Меню для детей льготного питания (малообеспеченные)2 день

№ рецептуры(7-11ЛЕТ)	Вторник, 1 неделя	Цена Руб.	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
			Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
	Завтрак						
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с маслом		60	4	8	25	189
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная		250	10	13	47	344
54-21гн-2020	Какао с молоком		200	5	4	13	100
Пром.	Яблоко		100	0.4	0.4	10	44
	Итого за Завтрак		610	19	25	95	677

Меню для детей школы –интернат с проживанием

№ рецептуры 2	Вторник, 1 неделя	Цена руб.	блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность
	Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Ккал.
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с маслом,		70	5	8	30	212
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная		230	10	12	43	316
54-21гн	Какао с молоком		200	5	4	13	100
Пром.	Хлеб ржаной		50	3	0.6	17	85
	Итого за Завтрак		550	23	25	103	713
	Второй завтрак						
Пром.	Сок вишневый		200	1	0.4	23	100
	Итого за второй завтрак		200	1	0.4	23	100
	Обед						
54-11з	Салат из моркови с яблоками		100	10	10	7	124
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной		230	5	6	12	127
54-6г	Рис отварной		170	4	5	41	231
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)		100	14	7	6	147
54-21хн	Кисель из клюквы		200	0.1	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный		20	2	0.2	10	47
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
	Итого за Обед		850	37	29	100	784
	Итого за завтрак и обед		1600	61	54	226	1597
	Полдник						
54-2гн	Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.	вафли		30	1	9	19	162
Пром.	Яблоко		120	1	1	12	53
	Итого за полдник		350	2	10	37	242
	Ужин						
Пром.	Хлеб пшеничный ,ржаной, бутерброд с маслом		70	4	8	27	199
54-11г	Картофельное пюре		180	4	6	24	167
54-5м	Котлета из курицы, соус красный основной		150	21	6	18	204
54-2гн	Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
	Итого за ужин		600	29	20	75	597
	Второй ужин						
Пром.	Снежок		200	5	5	22	153
54-9в	булочка школьная		60	5	2	34	173
	Итого за второй ужин		260	10	7	56	326
	Итого		2810	102	91	394	2762

Меню для детей школы –интернат с проживанием от 7до 11 лет овз

№ рецептуры	2	Вторник, 1 неделя	Цена руб.	блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность
		Завтрак		г.	г.	г.	г.	Ккал.
Пром.		Хлеб пшеничный, ржаной, бутерброд с маслом		70	4	8	27	199
54-6к		Каша вязкая молочная пшенная		200	8	10	38	275
54-21гн-2020		Какао с молоком		200	5	4	12	100
Пром.		йогурт		200	7	5	11	116
		Итого за Завтрак		670	24	27	88	690
		Второй завтрак						
Пром.		Сок вишневый		200	1	0.4	23	100
		Итого за второй завтрак		200	1	0.4	23	100
		Обед						
54-11з		Салат из моркови с яблоками		100	1	10	7	124
54-2с		Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200	5	6	10	110
54-6г		Рис отварной		150	4	5	36	204
54-11р		Рыба тушеная в томате с овощами		100	14	7	6	147
54-21хн		Кисель из клюквы		200	0.1	0	14	57
Пром.		Хлеб пшеничный		20	2	0.2	10	47
Пром.		Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
		Итого за Обед		800	28	29	93	740
		Итого за завтрак и обед		1670	53	56	204	1530
		Полдник						
54-2гн		Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.		яблоко		100	0.4	0.4	10	44
Пром.		вафли		30	1	9	19	162
		Итого за полдник		330	2	9	35	233
		Ужин						
Пром.		Хлеб пшеничный, ржаной, бутерброд с маслом		80	5	8	30	216
54-11г		Картофельное пюре		150	3	5	20	139
54-5м		Котлета из курицы, соус красный основной		150	21	5	18	204
54-2гн		Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
		Итого за ужин		580	29	18	74	586
		Второй ужин						
Пром.		Снежок		200	5	5	22	153
54-9в		булочка школьная		50	4	1	28	144
		Итого за второй ужин		250	9	6	50	297
		Итого		2830	93	89	364	2646

Меню для детей овз от 12 и старше с проживанием

№ рецептуры	2	Вторник, 1 неделя	Цена руб.	блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность
		Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Ккал.
Пром.		Хлеб пшеничный, бутерброд с маслом		60	4	8	25	188
54-6к		Каша вязкая молочная пшенная		250	10	13	47	344
54-21гн		Какао с молоком		200	5	3	12	100
Пром.		Хлеб ржаной		40	3	0.5	13	68
		Итого за Завтрак		550	22	24	97	700
		Второй завтрак						
Пром.		Сок вишневый		200	1	0.4	23	100
		Итого за второй завтрак		200	1	0.4	23	100
		Обед						
54-11з		Салат из моркови с яблоками		100	1	10	7	124
54-2с		Борщ с капустой и картофелем со сметаной		250	6	7	13	138
54-6г		Рис отварной		200	5	6	49	271
54-11р		Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)		100	14	7	6	147
54-25хн		Кисель из клюквы		200	0.1	0	14	57
Пром.		Хлеб пшеничный		50	4	0.4	25	117
Пром.		Хлеб ржаной		50	3	1	17	85
		Итого за Обед		950	33	31	131	939
		Итого за завтрак и обед		1700	56	55	251	1739
		Полдник						
54-2гн		Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.		вафли		30	1	9	19	162
Пром.		яблоко		120	0.5	0.5	12	53
		Итого за полдник		350	2	9	37	242
		Ужин						
Пром.		Хлеб пшеничный ржаной, бутерброд с маслом		80	5	8	30	216
54-11г		Картофельное пюре		200	4	7	26	185
54-5м		Котлета из курицы, соус красный основной		150	21	5	18	204
54-2гн		Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.		йогурт		200	7	5	11	116
		Итого за ужин		830	37	25	91	748
		Второй ужин						
Пром.		Снежок		200	5	5	22	153
54-9в-2020		булочка школьная		60	5	2	34	173
		Итого за второй ужин		260	10	7	56	326
		Итого		3140	105	96	435	3055