

Меню для детей от 12 лет и старше ОВЗ

3 день

№рецептур(от 12 и старше)	Среда, 1 неделя	Цена Руб.	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая		250	9	12	43	311
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с повидлом		60	6	1	32	149
54-23гн	Кофейный напиток с молоком		200	4	3	11	86
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
Пром.	Апельсин		100	1	0.2	8	38
	Итого за Завтрак		640	20	16	103	635
	Обед						
54-16з	Винегрет с растительным маслом		100	1	9	7	112
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями		250	6	3	23	149
54-1г	Макароны отварные		200	7	7	44	262
54-5м	Котлеты из курицы, Соус красный основной		150	21	5	18	204
54-6хн	Компот из вишни		200	0.3	0.1	10	43
Пром.	Хлеб пшеничный		70	5	1	34	164
Пром.	Хлеб ржаной		40	3	0.5	13	68
	Итого за Обед		1010	43	26	149	1002
	Итого за завтрак и обед		1650	63	42	252	1637

Меню для детей от 7-11 лет ОВЗ

3 день

№рецептур (от 7-11 лет)	Среда, 1 неделя	Цена Руб.	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая		200	7	9	34	249
Пром.	Хлеб пшеничный, ржаной, бутерброд с повидлом		70	4	1	33	160
54-23гн	Кофейный напиток		200	4	3	11	86
Пром.	апельсин		100	1	0.2	8	38
	Итого за Завтрак		570	16	13	86	533
	Обед						
54-16з	Винегрет с растительным маслом		100	1	9	7	112
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями		200	5	3	18	120
54-1г	Макароны отварные		150	5	5	33	197
54-5м	Котлета из курицы, Соус красный основной		150	14	20	13	210
54-6хн	Компот из вишни		200	0.3	0.1	10	43
Пром.	Хлеб пшеничный		50	4	0.4	25	117
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
	Итого за Обед		880	30	38	116	850
	Итого за завтрак и обед		1450	46	51	202	1383

Меню для детей льготного питания
(малообеспеченные) 3 день

№рецептур	Среда, 1 неделя	Цена Руб.	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая		250	9	12	43	311
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с повидлом		60	4	0.8	32	149
54-23гн	Кофейный напиток		200	4	3	11	86
Пром.	Апельсин		100	1	0.2	8	38
	Итого за Завтрак		610	18	16	94	584

Меню для детей школы –интернат с проживанием

№ рецептур 3	Среда, 1 неделя	Цена руб.	блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность
	Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Ккал.
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая		230	8	11	39	286
54-23гн	Кофейный напиток с молоком		200	4	3	11	86
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с повидлом		80	5	1	41	196
Пром.	Хлеб ржаной		40	3	0.5	13	68
	Итого за Завтрак		550	20	15	104	636
	Второй завтрак						
Пром.	Сок абрикосовый		200	1	0	25	105
	Итого за второй завтрак		200	1	0	25	105
	Обед						
54-16з	Винегрет с растительным маслом		100	1	9	7	112
54-7с	Суп картофельный с Макаронными изделиями		230	6	3	21	137
54-1г	Макароны отварные		180	6	6	39	236
54-5м	Котлеты из курицы, Соус красный основной		150	21	5	18	204
54-6хн	Компот из вишни		200	0.3	0.1	10	43
Пром.	Хлеб пшеничный		40	3	0.3	20	94
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
	Итого за Обед		660	33	24	125	877
	Итого за завтрак и обед		1410	54	39	254	1822
	Полдник						
54-2гн	Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.	Зефир		30	0.2	0	24	97
Пром.	Апельсин		120	1	0.2	10	45
	Итого за полдник		350	1	0.2	40	169
	Ужин						
Пром.	Хлеб пшеничный, бутерброд с маслом		80	5	8	35	236
54-12м	Плов с курицей		230	31	9	38	362
54-23хн	Кисель из смородины		200	0.2	0.1	12	51
Пром.	Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
	Итого за ужин		540	38	17	95	700
	Второй ужин						
Пром	Ряженка		200	6	5	8	102
Пром.	Пряник		30	2	1	22	110
	Итого за второй ужин		230	8	6	30	212
	Итого		2530	101	62	419	2903

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

№ рецептур	3	Среда, 1 неделя	Цена руб.	блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность
		Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Ккал.
54-21к		Каша вязкая молочная ячневая		200	7	9	34	249
54-23гн		Кофейный напиток с молоком		200	4	3	11	86
Пром.		Хлеб пшеничный, бутерброд с повидлом		70	4	1	36	172
Пром.		Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
		Итого за Завтрак		500	17	13	91	558
		Второй завтрак						
Пром.		Сок абрикосовый		200	1	0	25	105
		Итого за второй завтрак		200	1	0	25	105
		Обед						
54-16з		Винегрет с растительным маслом		100	1	9	6	112
54-7с		Суп картофельный с макаронными изделиями		200	5	3	18	120
54-1г		Макароны отварные		150	5	5	33	197
54-5м		Котлеты из курицы, Соус красный основной		150	21	5	18	204
54-6хн		Компот из вишни		200	0.3	0.1	10	43
Пром.		Хлеб пшеничный		50	4	0.4	25	117
Пром.		Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
		Итого за Обед		880	38	23	120	844
		Итого за завтрак и обед		1580	56	36	236	1507
		Полдник						
54-2гн		Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.		зефир		30	0.2	0	24	97
Пром.		Апельсин		100	1	0.2	8	38
		Итого за полдник		330	1	0.2	42	162
		Ужин						
Пром.		Хлеб пшеничный, ржаной, бутерброд с маслом		70	4	8	27	199
54-12м		Плов с курицей		200	27	8	33	315
54-23хн		Кисель из смородины		200	0.2	0.1	12	51
Пром.		Йогурт		200	7	5	11	116
		Итого за ужин		670	38	21	83	681
		Второй ужин						
Пром		Ряженка		200	6	5	8	102
Пром.		Пряник		30	2	1	22	110
		Итого за второй ужин		230	8	6	30	212
		Итого		2810	103	63	391	2562

Меню для детей от 12 лет и старше с проживанием ОВЗ

№ рецептуры	3	Среда, 1 неделя	Цена руб.	блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность
		Завтрак		Г.	Г.	Г.	Г.	Ккал.
54-21К		Каша вязкая молочная ячневая		250	9	12	43	311
54-23гн		Кофейный напиток с молоком		200	4	3	11	86
Пром.		Хлеб пшеничный, бутерброд с повидлом		70	4	1	36	172
Пром.		Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
		Итого за Завтрак		550	19	16	100	620
		Второй завтрак						
Пром.		Сок абрикосовый		200	1	0	25	105
		Итого за второй завтрак		200	1	0	25	105
		Обед						
54-16з		Винегрет с растительным маслом		100	1	9	6	112
54-7с		Суп картофельный с макаронными изделиями		250	6	4	23	149
54-1г		Макароны отварные		200	7	7	44	262
54-5м		Котлеты из курицы, соус красный основной		150	21	5	18	204
54-6хн		Компот из вишни		200	0.3	0.1	10	43
Пром.		Хлеб пшеничный		60	5	0.5	29	141
Пром.		Хлеб ржаной		30	2	0.4	10	51
		Итого за Обед		990	42	26	140	962
		Итого за завтрак и обед		1740	62	42	265	1687
		Полдник						
54-2гн		Чай с сахаром		200	0.2	0	6	27
Пром.		Зефир		30	0.2	0	24	97
Пром.		Апельсин		120	1	0.2	10	45
		Итого за полдник		350	1	0.2	40	169
		Ужин						
Пром.		Хлеб пшеничный, бутерброд с маслом		90	6	8	40	259
54-12м		Плов с курицей		250	34	10	41	393
54-23хн		Кисель из смородины		200	0.2	0.1	12	51
Пром.		Хлеб ржаной		60	4	0.7	20	102
		Итого за ужин		600	44	19	113	805
		Второй ужин						
Пром		Ряженка		200	6	5	8	102
Пром.		Пряник		30	2	1	22	110
		Итого за второй ужин		230	7	6	30	212
		Итого		2920	114	67	448	2873