


Утверждаю:
Директор ООО «Общепит»

В.А. Мосина
«01» 03 2024г



Примерное 10-ти дневное меню в школьных столовых для учащихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов на весенний период 2023-2024 учебного года

(возраст с 7 до 11 лет)

Согласовано: директор МБОУ СОШ им. С.М. Кирова





А.В. Ходотов

« 01 » 03 2024г

Неделя: первая, вторая

№ рец. Сб.рец. Шк.пит.2004г, 2021г	Наименование блюда	Масса блюда гр.	Пищевая ценность гр.			Энергетич. ценность ккал/Дж
			белки	жиры	углеводы	
ПОНЕДЕЛЬНИК						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№148	Овощи св.порциями (огурцы св.)	1/30	0,2	0	0,55	3,3/13,8
Тк№129	Суп с мак.изделиями и картофелем с кур.	20/250	2,3	3,3	9,7	78,2/327
ТК-4	Котлета Куриная	1/80	12,9	14	0	210/880
Тк№202	Каша гречнев.рассыпчатая	1/100	5,8	4,4	26	167,3/700
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
	ИТОГО ОБЕД		23,4	22,1	55,5	550/2303
ВТОРНИК						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№122	Суп с рыбными консервами	1/250	9,3	11,4	10	180/754
Тк№375	Плов из отв.птицы	1/100	6,1	4	12,4	111/465
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10,5	53/222
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
	ИТОГО ОБЕД		18,7	15,8	42,2	382/1600
СРЕДА						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№53	Икра свекольная	1/30	0,5	1	2,5	21,6/90,5
Тк№104	Щи из св.капусты с картофелем с кур.	20/250	1,5	4,5	3,8	61,7/258
ТК-4	Тефтели	1/70	11,8	10,5	13,4	203/852
Тк№256	Макаронные изд.отварные	1/100	3,6	3,2	19,6	174/729
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222

	ИТОГО ОБЕД		19,6	19,6	58,6	551,3/2309
ЧЕТВЕРГ						
	ОБЕД:					
	45-00 руб.					
Тк№148	Овощи св.порциями (помидор св.)	1/30	0,2	0	0,5	3,3/13,8
Тк№95	Борщ с капустой и картоф.со сметаной	1/250/15	1,8	4,4	7	75/315
Тк№202	Каша гречнев.рассыпчатая	1/100	5,8	4,4	26	167,3/700
ТК№3	Котлета "Свиная"	1/80	13,9	26	4,2	318,7/1335
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	2/25	4	0,66	21	106/444
	ИТОГО ОБЕД		25,9	3,5	68	708/2966
ПЯТНИЦА						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№1	Салат из капусты белокочан.	1/30	0,4	1,8	2,5	28/117
Тк№113	Суп картоф.с бобовыми с кур.	20/250	6,3	3,5	14,6	115,7/485
Тк№328	Жаркое по-домашнему	1/100	9,4	7,1	12,8	153,3/642
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	2/25	4	0,66	21	106/444
	ИТОГО ОБЕД		20,3	13,1	60,2	441/1847
ПОНЕДЕЛЬНИК						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№109	Суп-харчо	25/250	7,9	9,4	12,2	165/692
Тк№256	Макаронные изд.отварные	1/100	3,6	3,2	19,6	174/729
ТК-4	Котлета Куриная	1/80	12,9	14	0	210/880
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	2/25	4	0,66	21	106/444
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
	ИТОГО ОБЕД		28,6	27,3	71,9	549/2300
ВТОРНИК						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№148	Овощи св.порциями (огурцы св.)	1/60	0,4	0	1,1	6,6/27,6
Тк№100	Рассольник ленинградский	20/250	2,6	5,1	13,2	109,5/458,8

Тк№205	Каша рисовая рассыпчатая	5/100	3,9	4	3,88	176/737
Тк№366	Птица отварн.	1/50	8,1	6	18	87/364
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	2/25	4	0,66	21	106/444
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
	ИТОГО ОБЕД		19,2	15,8	66,5	523/2191
СРЕДА						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№1	Салат из капусты белокочан.	1/30	0,4	1,8	2,5	28/117
Тк№95	Борщ с капустой и картоф.со сметаной	1/250/15	1,8	4,4	7	75/315
Тк№202	Каша гречнев.рассыпчатая	1/100	5,9	4,4	26	167,9/703
Тк№327	Гуляш из отв.мяса	1/50	10	9,7	1,65	129/640
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	1/25	2	0,33	10	53/222
	ИТОГО		20,3	20,7	56,4	490/2053
ЧЕТВЕРГ						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№148	Овощи св.порциями (помидор св.)	1/30	0,2	0	0,5	3,3/13,8
Тк№104	Щи из св.капусты с картофелем с кур.	20/250	1,5	4,5	3,8	61,7/258
Тк№295	Рыба отварн.	1/80	13,9	9,5	14	238/997
Тк377	Пюре картофельное	1/100	2,6	4,9	6,6	70/293
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	2/25	4	0,66	21	106/888,3
	ИТОГО		22,4	19,5	55,2	517/2166
ПЯТНИЦА						
	ОБЕД:					
	45-00 руб					
Тк№113	Суп картоф.с бобовыми с кур.	20/250	6,3	3,5	14,6	115,7/485
Тк№256	Макаронные изд.отварные	1/100	3,6	3,2	19,6	174/729
ТК-5	Котлета Нежная	1/80	18,3	20,6	10,9	281,6/1179,9
Тк№457	Чай с сахаром	1/200	0,2	0,1	9,3	38/159
ТК-7	Хлеб из пшенич.муки "Домашний"	2/25	2	0,33	20	53/222

	ИТОГО		30,4	27,7	74,4	661/2770
--	--------------	--	-------------	-------------	-------------	-----------------

Составил технолог

Def

Королева О.Ю.