

См. вложение:
рецепт. состав
протокол д.т.
от 21.08.24

Утверждено:
протокол от 21.08.2024
от 21.08.2024
Дир. шк. Школы
/ Дир. шк. Школы



Организация: МБОУ Кинзельская СОШ
 Название меню: меню на 2024-2025 учебный год для учащихся с ОВЗ 1-4 классов
 Возрастная категория: от 7 до 11 лет
 Характеристика питающихся: Без особенностей
 Срок действия меню: 01.09.2024 - 31.05.2025

№ рецептуры	Название блюда	Масса		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность	
		г	г	г	г	г	г	г	г	ккал	
	Понедельник, 1 неделя										
	Завтрак										
54-2з	Огурец в нарезке	80		0,6		0,1		2			11,3
54-1г	Макаронные отварные	150		5,3		4,9		32,8			196,8
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	50		8,4		7,9		3,3			118,2
54-3соус	Соус красный основной	30		1		0,7		2,7			21,2
54-21гн	Какао с молоком	200		4,7		3,5		12,5			100,4
Пром.	Хлеб ржаной	30		2		0,4		10			51,2
Пром.	Яблоко	80		0,3		0,3		7,8			35,5
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30		2,3		0,2		14,8			70,3
	Итого за Завтрак	650		24,6		18		85,9			604,9
	Итого за день	650		24,6		18		85,9			604,9
	Вторник, 1 неделя										
	Завтрак										
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	80		1,8		8,8		2,9			98
54-12м	Плов с курицей	200		27,2		8,1		33,2			314,6
54-2гн	Чай с сахаром	200		0,2		0		6,4			26,8
Пром.	Банан	100		1,5		0,5		21			94,5
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30		2,3		0,2		14,8			70,3
Пром.	Хлеб ржаной	30		2		0,4		10			51,2
	Итого за Завтрак	640		35		18		88,3			655,4
	Итого за день	640		35		18		88,3			655,4
	Среда, 1 неделя										
	Завтрак										

54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов										49,9
54-21г	Горошница	80	0,8	4,1	2,5						204,8
54-23м	Биточек из курицы	150	14,5	1,3	33,8						84,3
54-23хн	Кисель из смородины	50	9,5	2,2	6,7						50,6
Пром.	Печенье	200	0,2	0,1	12,2						145,5
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	35	2,6	3,4	2,6						70,3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,3	0,2	14,8						51,2
	Итого за Завтрак	575	31,9	11,7	106						656,6
	Итого за день	575	31,9	11,7	106						656,6
Четверг, 1 неделя											
Завтрак											
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	2,2	5,7	8,3						93,8
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5						187,1
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	50	7,2	7,3	4						110,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6						27,9
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8						70,3
Пром.	Сок абрикосовый	100	0,5	0	12,7						52,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10						51,2
	Итого за Завтрак	640	18,8	19	86,9						594
	Итого за день	640	18,8	19	86,9						594
Пятница, 1 неделя											
Завтрак											
54-7з	Салат из белокочанной капусты	80	2	8,1	8,3						114,4
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8						139,4
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	50	6,9	3,7	3,1						73,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8						81
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10						51,2
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8						70,3
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5						35
	Итого за Завтрак	640	17,6	17,9	83,3						564,9
	Итого за день	640	17,6	17,9	83,3						564,9

Понедельник, 2 неделя										
Завтрак										
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7				
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	150	4	4,1	21,5	138,4				
Пром.	Пряник	15	0,9	0,7	11,3	54,9				
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6				
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3				
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2				
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6				
	Итого за Завтрак	595	15,4	12,1	92,5	539,7				
	Итого за день	595	15,4	12,1	92,5	539,7				
Вторник, 2 неделя										
Завтрак										
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	2,2	5,7	8,3	93,8				
54-22м	Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,3				
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86				
Пром.	Банан	90	1,4	0,5	18,9	85,1				
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8				
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3				
	Итого за Завтрак	650	34,1	16,9	89	644,3				
	Итого за День	650	34,1	16,9	89	644,3				
Среда, 2 неделя										
Завтрак										
54-10з	Салат из капусты с овощами	80	2,3	5,4	2,3	66,7				
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7				
54-25м	Курица тушеная с морковью	50	7,1	2,9	2,2	63,2				
54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	11	46,7				
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3				
Пром.	Сырок творожный	20	1,8	4,6	3,7	63,5				
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2				
	Итого за Завтрак	560	23,9	20	79,9	595,3				
	Итого за день	560	23,9	20	79,9	595,3				

Четверг, 2 неделя									
54-11з	Завтрак								99
54-1г	Салат из моркови и яблок	80	0,7	8,1	5,7				196,8
54-6м	Макаронны отварные	150	5,3	4,9	32,8				177,1
54-23хн	Биточек из говядины	60	10,9	10,4	9,9				50,6
Пром.	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2				70,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8				51,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10				30,3
	Сок яблочный	70	0,4	0,1	7,1				675,3
	Итого за Завтрак	620	21,8	24,2	92,5				675,3
	Итого за день	620	21,8	24,2	92,5				675,3
Пятница, 2 неделя									
54-16з	Завтрак								
54-10м	Винегрет с растительным маслом	80	0,9	7,2	5,3				89,5
54-1хн	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13,3				339,4
Пром.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8				81
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10				51,2
Пром.	Яблоко	90	0,4	0,4	8,8				40
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8				70,3
	Итого за Завтрак	630	28,1	30,2	72				671,4
	Итого за день	630	28,1	30,2	72				671,4

	Масса		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность	
	г	г	г	г	г	г	г	г	ккал	ккал
Средние показатели за Завтрак	620	25,12	18,8	87,63					620,18	
Средние показатели за период	620	25,1	18,8	87,6					620,2	