



Утверждено:
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ
И.Ю.Малахова

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ
МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 18 по 23 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА
Понедельник 18.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
54-26к11805	Каша жидкая молочная рисовая	250	5,7	7,2	30,3	209,0	12,81
54-21гн49	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	13,94
Пром.360	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	93,8	2,48
Пром.414	Йогурт 2.0%	100	4,5	2,0	6,5	62,0	28,00
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Итого за Завтрак		670	28,2	22,5	85,7	658,1	76,83

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-2з6	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	6,40
54-5с334	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	7,6	17,4	181,1	125,02
54-4г54	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,0	8,5	47,9	311,6	8,99
П/Ф2380	Тефтели "Натуральные"	90	11,1	9,0	6,5	151,1	21,71
54-3соус324	Соус красный основной	50	1,6	1,2	4,5	35,3	12,43
54-1хн21	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0	5,59
Пром.360	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	4,34
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Итого за Обед		1010	44,4	27,6	149,7	1023,7	187,58
Итого за день		1680,0	72,6	50,1	235,4	1681,8	264,41

Вторник 19.09.2023
Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	50	11,6	14,8	0,0	179,2	27,50
53-19з4	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	7,02
54-19к193	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,9	5,7	22,3	167,8	54,02

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-23гн72	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	9,49
Пром.357	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	21,00
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Итого за Завтрак		710	26,9	31,7	72,9	682,9	122,13

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-14з154	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,8	5,4	16,6	122,3	8,67
54-1с338	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7,0	7,1	115,3	39,39
54-2г270	Макаронные отварные с овощами	200	6,3	8,3	35,4	241,0	13,35
54-2м 211	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	57,94
54-21хн60	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7	11,45
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
Пром.369	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	1,86
Пром.443	Сырок творожный	40	3,6	9,2	7,4	127,0	1,21
Итого за Обед		940	37,2	45,5	109,6	996,7	135,73
Итого за день		1650,0	64,1	77,2	182,5	1679,6	246,86

Среда 20.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
53-19з4	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	7,02
54-2о141	Омлет с зеленым горошком	150	9,7	10,6	4,8	153,5	28,83
54-23гн72	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	9,49
Пром.369	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	2,48
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
Пром.385	Мандарин	150	1,2	0,3	11,3	52,5	23,55
Пром.377	Повидло абрикосовое	20	0,1	0,0	12,8	51,4	3,80
Итого за Завтрак		600	19,9	21,8	68,4	548,1	77,03

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-10з189	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7	2,8	83,3	4,82
54-9с285	Суп фасолевый	250	8,5	5,7	18,0	157,4	29,12
54-9м 213	Жаркое по-домашнему	250	25,1	23,4	21,5	397,4	83,12
54-4гн120	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	4,14
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
Пром.369	Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102,5	3,72
Итого за Обед		910	45,8	38,0	95,5	908,7	128,02
Итого за день		1510,0	65,7	59,8	163,9	1456,8	205,05

Четверг 21.09.2023

Завтрак							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
53-19з4	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	7,02
54-20к131	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3	11,16
54-2гн45	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8	1,14
Пром.357	Яблоко	225	0,9	0,9	22,1	99,9	31,50
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Итого за Завтрак		715	19,1	23,3	79,9	604,8	70,42

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5з152	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,1	3,1	62,4	26,79
54-10с326	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	6,4	7,2	13,5	144,5	29,57
54-1г76	Макаронные отварные	200	7,1	6,6	43,7	262,4	7,53
П/Ф2349	Котлеты Домашние	90	11,6	9,2	7,0	157,4	23,62
54-2соус259	Соус белый основной	30	0,8	1,1	1,3	18,7	10,27
54-11хн928	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,8	32,7	9,09
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Итого за Обед		970	34,1	30,3	117,7	880,7	113,07
Итого за день		1685,0	53,2	53,6	197,6	1485,5	183,49

Пятница 22.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
53-19з4	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	7,02
54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
54-27к11813	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2	11,47
54-46гн20215	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7	2,82
Пром.360	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	2,79

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
Пром.380	Апельсин	230	2,1	0,5	18,6	86,9	34,50
Итого за Завтрак		715	18,1	22,9	73,6	571,9	75,10

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-9з257	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1,4	10,1	6,0	120,9	4,97
54-26с11823	Суп из овощей	250	1,8	2,4	10,1	69,4	24,78
54-11г52	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	11,89
54-27м9391	Капуста тушеная с мясом птицы	150	12,6	6,2	7,8	137,2	31,96
Пром.360	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	3,72
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Пром.398	Сок абрикосовый	200	1,0	0,0	25,4	105,6	15,00
Итого за Обед		1010	28,8	26,9	121,9	844,9	95,42
Итого за день		1725,0	46,9	49,8	195,5	1416,8	170,52

Суббота 23.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
54-24к10937	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	16,56
54-23гн72	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	9,49
Пром.369	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	1,86
Итого за Завтрак		460	21,2	22,3	58,8	519,6	44,41

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-19с10815	Борщ с фасолью	200	3,1	5,1	12,3	107,5	64,62
54-11г52	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	11,89
54-11р299	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,3	19,79
54-32хн10805	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	6,19
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.571	икра из кабачков. Консервы	70	1,3	6,2	5,4	83,0	13,06
Итого за Обед		820	28,7	25,1	95,0	721,4	121,75
Итого за день		1280,0	49,9	47,4	153,8	1241,0	166,16

Заведующая _____ Гелсер О.А.