



Утверждено:  
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ  
И.Ю.Малахова

**МЕНЮ**  
**ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ**  
**МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 27 по 2 декабря 2023 ГОДА**

**Понедельник 27.11.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9,3	11,8	0,0	143,3	22,00
54-1о	Омлет натуральный	220	18,6	26,4	4,8	330,7	27,61
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5	9,39
Пром.380	Апельсин	220	2,0	0,4	17,8	83,2	33,00
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>710</b>	<b>32,4</b>	<b>38,9</b>	<b>47,5</b>	<b>670,0</b>	<b>93,86</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1,6	0,3	21,5	94,6	6,45
54-25с	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7	35,34
54-11м	Плов из отварной говядины	250	19,1	18,4	48,2	435,3	58,31
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,40
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.369	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	2,48
Пром.357	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	21,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>1040</b>	<b>36,1</b>	<b>23,8</b>	<b>147,7</b>	<b>948,6</b>	<b>129,08</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1750,0</b>	<b>68,5</b>	<b>62,7</b>	<b>195,2</b>	<b>1618,6</b>	<b>222,94</b>

**Вторник 28.11.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9,3	11,8	0	143,3	22,00
54-24к	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	16,56
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4	13,66
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.	Мандарин	140	1,1	0,3	10,5	49	21,98
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>95</b>	<b>717,8</b>	<b>77,30</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1,2	8,9	6,7	111,9	6,14
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9,9	4,8	15,5	144,6	115,02
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	11,89



№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9	6,7	236,5	42,18
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	28,27
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	2,48
<b>Итого за Обед</b>		<b>940</b>	<b>39,2</b>	<b>37,8</b>	<b>111,9</b>	<b>944,6</b>	<b>209,08</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1570</b>	<b>65,2</b>	<b>63,8</b>	<b>206,9</b>	<b>1662,4</b>	<b>280,88</b>

Среда 29.11.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-4т	Пудинг из творога с яблоками	250	38,1	18,0	25,6	417,3	47,23
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	4,14
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
Пром.357	Яблоко	235	0,9	0,9	23,0	104,3	32,90
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>715</b>	<b>42,9</b>	<b>20,2</b>	<b>72,0</b>	<b>642,8</b>	<b>86,13</b>

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,1	123,8	4,59
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4	41,55
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7,0	40,7	249,5	9,56
П/Ф	Котлеты Куриные	90	11,5	9,0	7,6	157,2	18,43
54-1соус	Соус сметанный	40	0,6	3,3	1,3	37,2	12,00
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,2	0,0	8,0	33,0	3,89
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.369	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4	119,6	4,34
<b>Итого за Обед</b>		<b>1000</b>	<b>29,7</b>	<b>36,0</b>	<b>126,1</b>	<b>947,9</b>	<b>97,46</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1715,0</b>	<b>72,6</b>	<b>56,2</b>	<b>198,1</b>	<b>1590,7</b>	<b>183,59</b>

Четверг 30.11.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	16,50
54-2о	Омлет с зеленым горошком	200	12,9	14,2	6,4	204,7	28,83
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,40
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	1,86
Пром.	Груша	170	0,7	0,5	17,5	77,4	39,06
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>22,8</b>	<b>24,1</b>	<b>40,5</b>	<b>468,7</b>	<b>88,65</b>

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
-------------	----------------	-------	-------	------	----------	--------------	-----------



№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4	14,70
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	5,8	4,1	14,2	117	17,87
54-22м	Рагу из курицы	250	26,2	8,8	21,9	271,7	41,18
54-22хн	Кисель из вишни	200	0,2	0	12,9	52,9	10,14
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
<b>Итого за Обед</b>		<b>900</b>	<b>40,4</b>	<b>14,1</b>	<b>94,1</b>	<b>665,6</b>	<b>90,09</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1530</b>	<b>63,2</b>	<b>38,2</b>	<b>134,6</b>	<b>1134,3</b>	<b>178,74</b>

**Пятница 1.12.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-6т	Сырники	200	39,3	11,5	32,8	391,5	50,56
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8	1,14
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
Пром.381	Банан	200	3,0	1,0	42,0	189,0	22,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>44,8</b>	<b>12,7</b>	<b>96,0</b>	<b>677,6</b>	<b>75,56</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,1	3,1	62,4	26,79
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	5,4	4,3	9,3	97,9	26,76
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	29,0	33,1	510,8	94,17
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0	5,59
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>900</b>	<b>43,4</b>	<b>39,4</b>	<b>106,6</b>	<b>954,7</b>	<b>159,51</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1530,0</b>	<b>88,2</b>	<b>52,1</b>	<b>202,6</b>	<b>1632,3</b>	<b>235,07</b>

**Суббота 2.12.2023**

**Завтрак**

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

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-19с	Борщ с фасолью	200	3,1	5,1	12,3	107,5	64,62

