

Утверждено:
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ

И.Ю. Малахова

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ
МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 13 по 17 января 2025 ГОДА
Понедельник 13.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-24к	Каша жидкая молочная пшеничная	250	10,4	12,7	47,1	343,6	14,50
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4	12,62
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,56
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	2,40
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	5,88
	Итого за Завтрак	550	16,9	13,7	109,8	629,7	39,96

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-7з	Салат из белокочанной	60	1,5	6,1	6,2	85,8	1,11
54-10с	Суп крестьянский с крупой	250	6,4	7,2	13,5	144,5	1,70
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	13,13
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1	23,40
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	10,26
54-7хн	Компот из брусники	200	0,13	0,09	7,85	32,7	11,38
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,00
Пром.	Банан	150	2,3	0,8	31,5	141,8	23,40
	Итого за Обед	955	27,93	26,89	115,95	817,3	88,3
	Итого за день	1505	44,83	40,59	225,75	1447	128,34

Вторник 14.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	14,04
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8,9	7,2	33,4	234,2	14,76
54-9гн	Чай с брусникой и сахаром	200	0,3	0,1	7,3	31,2	7,93
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	Итого за Завтрак	565	16,4	19,2	82,2	567,1	44,53

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0,7	5,4	4	67,1	7,21
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4	6,12

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	29	33,1	510,8	89,17
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9	12,52
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,00
Пром.	Йогурт 1.5%	100	4,1	1,5	5,9	53,5	35,00
	Итого за Обед	910	40,7	41,9	88,7	894,1	154,02
	Итого за день	1475	57,1	61,1	170,9	1461,2	198

Среда 15.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6	24,95
54-18к	Суп молочный с рисом	250	6,1	5,6	23	166,8	18,63
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4	28,74
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,04
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,20
	Итого за Завтрак	575	22,5	17,4	86,6	592,4	78,56

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	6,42
54-9с	Суп фасолевый	250	8,5	5,7	18	157,4	5,94
Пром.	Пельмени	200	18,6	24,5	24,6	392,9	67,80
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	16,94
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	Итого за Обед	850	43	44	105,3	988,8	140,9
	Итого за день	1660	65,5	61,4	191,9	1581,2	219,4

Четверг 16.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6	29,94
54-2о	Омлет с зеленым горошком	250	16,1	17,7	8	255,9	17,75
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4	12,62
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
Пром.	Хлеб ржаной	60	3,3	0,6	16,7	85,4	4,80
	Итого за Завтрак	575	29,6	26,3	64,4	613,5	68,9

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-3з	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	12,18
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1	115,3	5,28
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60,7	339,2	14,2
54-21м	Курица отварная	100	32,1	2,4	1,1	154,8	60,3
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	11,2

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7	3,46
Пром.	Мандарин	80	0,6	0,2	6	28	20,80
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,2	3,04
	Итого за Обед	1020	50,2	18,9	112	820,2	130,65
	Итого за день	1595	79,8	45,2	176,4	1433,7	199,56

Пятница 17.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-60	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	0,64
П/Ф	Вареники	200	22,6	11,3	29,5	309,6	36,00
54-6гн	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8	1,41
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,2	3,04
Пром.	Хлеб ржаной	40	4	0,7	20	102,5	3,20
	Итого за Завтрак	550	35,39	16,44	80,82	612,7	44,29

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-8з	Салат из белокочанной капусты с	60	1	6,1	5,8	81,5	0,83
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	5,4	4,3	9,3	97,9	1,83
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7,8	22	282	67,44
Пром.	Банан	150	2,3	0,8	31,5	141,8	23,40
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,00
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	18,60
	Итого за Обед	1010	47,8	20,2	130,1	892,4	119,90
	Итого за день	1560	83,19	36,64	210,92	1505,1	164,19

Заведующая Шрейд Шрейдер И.А.