

Утверждено:  
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ

И.Ю. Малахова

**МЕНЮ**  
**ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ**  
**МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 14 по 18 октября 2024 ГОДА**  
**Понедельник 14.10.2024**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выхо	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	29,94
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7,4	7,3	41,2	259,8	16,37
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	4,79
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	3,04
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>22,3</b>	<b>18,2</b>	<b>86,2</b>	<b>597,4</b>	<b>58,14</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-17з	Салат из моркови и чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8	14,88
54-25с	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7	2,45
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2	85,49
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,47
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	26,70
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,20
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>32,3</b>	<b>20,1</b>	<b>132,8</b>	<b>840,8</b>	<b>138,99</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1530</b>	<b>54,6</b>	<b>38,3</b>	<b>219</b>	<b>1438,2</b>	<b>197,13</b>

**Вторник 15.10.2024**

**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
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	230,7	15,90
54-6гн	Кисель из вишни	220	0,21	0,05	14,24	58,2	16,53
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>585</b>	<b>14,01</b>	<b>18,75</b>	<b>91,54</b>	<b>590,6</b>	<b>52,7</b>

**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
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со	250	5,9	7,1	12,7	138	10,55
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	8,32

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
П/Ф	Котлеты Домашние	90	11,6	9,2	7	157,4	32,40
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	7,20
Пром.	Апельсин	150	1,4	0,3	12,2	56,7	26,83
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	3,80
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	2,40
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1040</b>	<b>30,6</b>	<b>24,7</b>	<b>119,1</b>	<b>819,2</b>	<b>97,92</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1625</b>	<b>44,7</b>	<b>43,5</b>	<b>203,6</b>	<b>1382,5</b>	<b>150,63</b>

**Среда 16.10.2024**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-19к	Суп молочный с макаронными	250	6,9	5,7	22,3	167,8	28,38
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	0,64
54-5гн	Чай с брусникой и сахаром	200	0,27	0,09	7,32	31,2	7,93
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	5,32
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	2,40
Пром.	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2	5,88
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>620</b>	<b>19,27</b>	<b>10,79</b>	<b>74,32</b>	<b>470,9</b>	<b>50,55</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	4,37
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками	250	10,8	7,6	17,4	181,1	12,05
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	16,35
54-2м	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	60,30
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	1,41
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
Пром.	Йогурт 3.2%	100	5	3,2	3,5	62,8	35
	<b>Итого за Обед</b>	<b>900</b>	<b>43,8</b>	<b>38,5</b>	<b>95,6</b>	<b>904,8</b>	<b>133,28</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1520</b>	<b>63,2</b>	<b>49,8</b>	<b>188,8</b>	<b>1456,7</b>	<b>183,83</b>

**Четверг 17.10.2024**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6	29,94
54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	6,7	7,2	31,6	217,8	13,56
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	19,67
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	2,40
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,04
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>555</b>	<b>23</b>	<b>18,9</b>	<b>78,7</b>	<b>576,2</b>	<b>68,61</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	1,07
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	5,8	4,1	14,2	117	2,46

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	4,67
П/Ф	Котлеты Куриные	85	10,8	8,5	7,1	148,5	25,50
54-1соус	Соус сметанный	40	0,6	3,3	1,3	37,2	18,12
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6	18,60
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный	30	0,5	2,8	19,3	103,7	6,56
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	<b>Итого за Обед</b>	<b>865</b>	<b>38</b>	<b>26,5</b>	<b>131,5</b>	<b>915,5</b>	<b>80,78</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1420</b>	<b>61</b>	<b>45,4</b>	<b>210,2</b>	<b>1491,7</b>	<b>149,39</b>

**Пятница 18.10.2024**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	19,36
54-1о	Омлет натуральный	250	21,1	30	5,4	375,8	15,20
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7	3,55
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	4,00
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>28,5</b>	<b>38,4</b>	<b>54,3</b>	<b>676,2</b>	<b>35,15</b>

**Обед**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	6,42
54-7с	Суп картофельный с макаронными	250	6,5	3,5	23,1	149,5	1,65
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25,1	23,4	21,5	397,4	80,50
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	23,90
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
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	26,00
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>43,9</b>	<b>31,1</b>	<b>106,1</b>	<b>879</b>	<b>146,27</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1520</b>	<b>72,4</b>	<b>69,5</b>	<b>160,4</b>	<b>1555,2</b>	<b>181,42</b>

Заведующая

*И.А. Шрейдер*

Шрейдер И.А.