

Утверждено:
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ



И.Ю. Малахова

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ
МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 20 по 24 января 2025 ГОДА
Понедельник 20.01.2025

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	24,00
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7,4	7,3	41,2	259,8	13,36
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	5,12
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,35
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,10
	Итого за Завтрак	570	22,3	18,2	86,2	597,4	50,93

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	18,03
54-25с	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7	2,74
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2	72,56
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,65
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	36,00
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,35
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,10
	Итого за Обед	960	32,3	20,1	132,8	840,8	140,43
	Итого за день	1530	54,6	38,3	219	1438,2	191,36

Вторник 21.01.2025

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	10,00
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	230,7	20,01
54-6гн	Кисель из вишни	220	0,21	0,05	14,24	58,2	18,21
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,22
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,92
	Итого за Завтрак	585	14,01	18,75	91,54	590,6	58,36

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	19,20
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со	250	5,9	7,1	12,7	138	7,89
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	7,43

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
П/Ф	Котлеты Домашние	90	11,6	9,2	7	157,4	22,40
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	9,69
Пром.	Апельсин	150	1,4	0,3	12,2	56,7	43,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	4,92
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	5,22
	Итого за Обед	1040	30,6	24,7	119,1	819,2	119,75
	Итого за день	1625	44,7	43,5	203,6	1382,5	178,11

Среда 22.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-19к	Суп молочный с макаронными	250	6,9	5,7	22,3	167,8	18,22
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	13,00
54-5гн	Чай с брусникой и сахаром	200	0,27	0,09	7,32	31,2	11,12
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	3,28
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	6,09
Пром.	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2	6,00
	Итого за Завтрак	620	19,27	10,79	74,32	470,9	57,71

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	4,41
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками	250	10,8	7,6	17,4	181,1	15,38
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	10,84
54-2м	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	71,62
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	1,12
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,10
Пром.	Йогурт 3.2%	100	5	3,2	3,5	62,8	40,00
	Итого за Обед	900	43,8	38,5	95,6	904,8	147,47
	Итого за день	1520	63,2	49,8	188,8	1456,7	205,18

Четверг 23.01.2025

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	24,00
54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	6,7	7,2	31,6	217,8	12,55
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	20,17
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	7,83
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,10
	Итого за Завтрак	555	23	18,9	78,7	576,2	68,65

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	1,44

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	5,8	4,1	14,2	117	2,79
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	5,87
П/Ф	Котлеты Куриные	85	10,8	8,5	7,1	148,5	29,30
54-1соус	Соус сметанный	40	0,6	3,3	1,3	37,2	25,57
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6	27,00
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный	30	0,5	2,8	19,3	103,7	7,50
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,10
	Итого за Обед	865	38	26,5	131,5	915,5	103,57
	Итого за день	1420	61	45,4	210,2	1491,7	172,22

Пятница 24.01.2025

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	5,00
54-1о	Омлет натуральный	250	21,1	30	5,4	375,8	11,29
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7	4,46
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,10
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,35
	Итого за Завтрак	560	28,5	38,4	54,3	676,2	29,2

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	19,20
54-7с	Суп картофельный с макаронными	250	6,5	3,5	23,1	149,5	2,23
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25,1	23,4	21,5	397,4	71,07
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	11,10
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,48
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,10
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	31,00
	Итого за Обед	960	43,9	31,1	106,1	879	142,18
	Итого за день	1520	72,4	69,5	160,4	1555,2	171,38

Заведующая Шрейдер И.А. Шрейдер И.А.