

Утверждено:  
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ



**МЕНЮ**  
**ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ**  
**МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 03 по 07 марта 2025 ГОДА**  
**Понедельник 03.03.2025**

**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        | 13,19        |
| 54-4гн      | Чай с молоком и сахаром         | 200        | 1,6         | 1,1         | 8,6         | 50,9         | 5,03         |
| 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         |
|             | <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>50,67</b> |

**Обед**

| № рецептуры | Название блюда                | Выход       | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Эн. ценность  | Стоимость     |
|-------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
| 1-17з       | Салат из моркови и чернослива | 60          | 0,9         | 0,2         | 12,9         | 56,8          | 16,20         |
| 1-25с       | Суп гороховый                 | 250         | 8,2         | 3,5         | 18,7         | 138,7         | 2,91          |
| 1-11м       | Плов из отварной говядины     | 200         | 15,3        | 14,7        | 38,6         | 348,2         | 82,84         |
| 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          | 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         | 4,92          |
|             | <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>149,69</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>200,36</b> |

**Вторник 04.03.2025**

**Завтрак**

| № рецептуры | Название блюда               | Выход      | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Эн. ценность | Стоимость    |
|-------------|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 9з          | Масло сливочное (порциями)   | 15         | 0,1          | 10,9         | 0,2          | 99,1         | 7,50         |
| 5-1к        | Каша жидкая молочная рисовая | 250        | 6,6          | 6,8          | 35,8         | 230,7        | 15,20        |
| н           | Кисель из вишни              | 220        | 0,21         | 0,05         | 14,24        | 58,2         | 15,50        |
| н           | Хлеб пшеничный               | 50         | 3,8          | 0,4          | 24,6         | 117,2        | 4,10         |
| н           | Хлеб ржаной                  | 50         | 3,3          | 0,6          | 16,7         | 85,4         | 4,35         |
|             | <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>46,65</b> |

| № рецептуры | Название блюда                  | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | Стоимость |
|-------------|---------------------------------|-------|-------|------|----------|--------------|-----------|
|             | Огурец в нарезке                | 60    | 0,5   | 0,1  | 1,5      | 8,5          | 19,20     |
|             | Борщ с капустой и картофелем со | 250   | 5,9   | 7,1  | 12,7     | 138          | 11,31     |
|             | 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         | 20,1          |
| 54-1хн      | Компот из смеси сухофруктов | 200         | 0,5         | 0           | 19,8         | 81            | 8,10          |
| 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          | 4,35          |
|             | <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>118,47</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>165,12</b> |

**Среда 05.03.2025**

**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        | 30,40        |
| 54-5гн      | Чай с брусничкой и сахаром | 200        | 0,27         | 0,09        | 7,32         | 31,2         | 7,20         |
| Пром.       | Хлеб пшеничный             | 70         | 5,3          | 0,6         | 34,4         | 164,1        | 4,92         |
| Пром.       | Хлеб ржаной                | 30         | 2            | 0,4         | 10           | 51,2         | 8,70         |
| Пром.       | Повидло абрикосовое        | 30         | 0,1          | 0           | 19,2         | 77,2         | 6,00         |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>    | <b>580</b> | <b>14,57</b> | <b>6,79</b> | <b>93,22</b> | <b>491,5</b> | <b>57,22</b> |

**Обед**

| № рецептуры | Название блюда                | Выход       | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Эн. ценность  | Стоимость     |
|-------------|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 54-11в      | Салат из моркови и яблок      | 60          | 0,5          | 6,1          | 4,3           | 74,3          | 4,81          |
| 54-5с       | Суп из овощей с фрикадельками | 250         | 10,8         | 7,6          | 17,4          | 181,1         | 20,91         |
| 54-4г       | Каша гречневая рассыпчатая    | 150         | 8,2          | 6,3          | 35,9          | 233,7         | 11,34         |
| 54-2м       | Гуляш из говядины             | 90          | 15,3         | 14,9         | 3,5           | 208,9         | 75,13         |
| 54-2гн      | Чай с сахаром                 | 200         | 0,2          | 0            | 6,4           | 26,8          | 1,29          |
| 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         |
|             | <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>157,58</b> |
|             | <b>Итого за день</b>          | <b>1480</b> | <b>58,37</b> | <b>45,29</b> | <b>188,85</b> | <b>1396,3</b> | <b>214,80</b> |

**Четверг 06.03.2025**

**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        | 12,53       |
| 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         | 8,70        |
| Пром.       | Хлеб пшеничный               | 50         | 3,8       | 0,4         | 24,6        | 117,2        | 4,10        |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>      | <b>555</b> | <b>23</b> | <b>18,9</b> | <b>78,7</b> | <b>576,2</b> | <b>69,5</b> |

**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         | 1,07      |
| 54-6с       | Суп картофельный с клецками              | 250   | 5,8   | 4,1  | 14,2     | 117          | 2,85      |

| № рецептуры | Название блюда            | Выход       | Белки     | Жиры        | Углеводы     | Эн. ценность  | Стоимость     |
|-------------|---------------------------|-------------|-----------|-------------|--------------|---------------|---------------|
| 21г         | Горошница                 | 150         | 14,5      | 1,3         | 33,8         | 204,8         | 5,51          |
| П/Ф         | Котлеты Куриные           | 85          | 10,8      | 8,5         | 7,1          | 148,5         | 26,37         |
| 54-1соус    | Соус сметанный            | 40          | 0,6       | 3,3         | 1,3          | 37,2          | 21,21         |
| 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         | 4,92          |
|             | <b>Итого за Обед</b>      | <b>865</b>  | <b>38</b> | <b>26,5</b> | <b>131,5</b> | <b>915,5</b>  | <b>96,43</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>165,93</b> |

Пятница 07.03.2025

**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         |
| 54-1б       | Омлет натуральный          | 250        | 21,1        | 30          | 5,4         | 375,8        | 10,87        |
| 54-46гн     | Чай с яблоком и сахаром    | 200        | 0,2         | 0,1         | 7,5         | 31,7         | 3,60         |
| Пром.       | Хлеб пшеничный             | 50         | 3,8         | 0,4         | 24,6        | 117,2        | 4,92         |
| Пром.       | Хлеб ржаной                | 50         | 3,3         | 0,6         | 16,7        | 85,4         | 4,35         |
|             | <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>28,74</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           | 19,20         |
| 54-7с       | Суп картофельный с макаронными | 250         | 6,5         | 3,5         | 23,1         | 149,5         | 2,38          |
| 54-9м       | Жаркое по-домашнему            | 250         | 25,1        | 23,4        | 21,5         | 397,4         | 78,89         |
| 54-23гн     | Кофейный напиток с молоком     | 200         | 3,9         | 2,9         | 11,2         | 86            | 11,60         |
| Пром.       | Хлеб ржаной                    | 50          | 3,3         | 0,6         | 16,7         | 85,4          | 5,22          |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                 | 50          | 3,8         | 0,4         | 24,6         | 117,2         | 4,92          |
| Пром.       | Мандарин                       | 100         | 0,8         | 0,2         | 7,5          | 35            | 31,00         |
|             | <b>Итого за Обед</b>           | <b>960</b>  | <b>43,9</b> | <b>31,1</b> | <b>106,1</b> | <b>879</b>    | <b>153,21</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>181,95</b> |

Заведующая

*Шрейдер И.А.*

Шрейдер И.А.