



Утверждено:
Директор МКОУ Кузнецовской СОШ

И.Ю.Малахова

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОВЗ 1-4 класс
МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 09 по 12 декабря 2024 ГОДА
Понедельник 09.12.2024

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-24к	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	13,53
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4	13,55
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,3	0,2	10	70,3	2,31
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	14,8	52,3	6,90
	Итого за Завтрак	500	15,1	10,9	105,1	580,1	40,09

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	1,09
54-10с	Суп крестьянский с крупой	200	5,1	5,8	10,8	115,6	1,79
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	9,21
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	9,19
54-7хн	Компот из брусники	200	0,13	0,09	7,85	32,7	10,47
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,85
Пром.	Банан	150	2,3	0,8	31,5	141,8	25,50
	Итого за Обед	955	26,63	25,49	113,25	788,4	84,5
	Итого за день	1505	41,7	36,4	218,3	1368,5	124,9

Вторник 10.12.2024

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
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3	16,39
54-9гн	Чай с брусникой и сахаром	200	0,3	0,1	7,3	31,2	7,15
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,85
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	Итого за Завтрак	510	14,6	14,2	75,4	487,2	36,19

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	7,30
54-18с	Свекольник (со сметаной)	200	1,8	4,3	10,7	88,3	6,27

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	29,4	29	33,1	510,8	82,81
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9	12,47
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,85
Пром.	Йогурт 1.5%	100	4,1	1,5	5,9	53,5	35,00
	Итого за Обед	810	40,3	40,9	86	872	147,7
	Итого за день	1320	49,1	49,3	154,8	1257	183,89

Среда 11.12.2024

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	15,00
54-18к	Суп молочный с рисом	200	4,9	4,5	18,4	133,5	17,96
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4	28,89
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,08
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,04
	Итого за Завтрак	525	21,3	16,3	82	559,1	67,97

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	7,20
54-9с	Суп фасолевый	200	6,8	4,6	14,4	125,9	6,36
П/Ф	Пельмени	200	18,6	24,5	24,6	392,9	66,00
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	17,11
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,85
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	Итого за Обед	750	37,7	33,7	94,3	830,3	104,32
	Итого за день	1285	59	50	176,3	1389,4	172,29

Четверг 12.12.2024

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	15,00
54-2о	Омлет с зеленым горошком	180	11,6	12,8	5,88	184,2	15,81
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4	13,55
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	3,80
	Итого за Завтрак	505	25,1	21,4	62,1	541,8	51,96

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	200	4,7	5,6	5,7	92,2	5,74
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4	11,08
54-21м	Курица отварная	100	32,1	2,4	1,1	154,8	60,37
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1	9,76

№ 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	2,87
Пром.	Мандарин	80	0,6	0,2	6	28	20,80
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,80
	Итого за Обед	910	47,6	15,7	97,6	722,2	126,6
	Итого за день	1415	72,7	37,1	159,7	1264	178,56

Пятница 13.12.2024

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	16,00
П/Ф	Вареники	150	16,9	8,4	22,1	232,2	30,15
54-6гн	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8	6,06
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,04
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5	3,08
	Итого за Завтрак	500	29,69	13,54	73,42	535,3	58,33

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	5,74
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	200	4,3	3,5	7,5	78,3	5,47
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24,8	6,2	17,6	225,6	64,27
Пром.	Банан	150	2,3	0,8	31,5	141,8	25,50
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	3,85
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	16,00
	Итого за Обед	910	40,5	17,8	123,9	816,4	124,63
	Итого за день	1410	70,2	31,3	197,3	1351,7	182,96

Заведующая Шрейдер И.А. Шрейдер И.А.