


 Утверждаю
 Директор /Нахушева С.А./
 Приказ № 29 от 27 сентября 2024г.

**Меню приготавливаемых блюд для детей с ОВЗ
на 2024-2025 учебный год**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Рисовая каша	200	100,06	11,34	41,26	307	177
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Биточки мясные говяжьи	90	12,97	11.78	15.99	234.54	268
	Макаронный гарнир	150	5,52	4,52	26,45	168,45	688
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	40	3,07	1.07	20.9	107.2	-
	Итого	930	45,72	20,98	104,0 2	804,8	
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Каша манная на молоке со сливочным маслом	200					
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Куриные окорочка в сметанном соусе	130	84.29	11.26	3.51	290	308
	Пшеничный гарнир	150	6.6	5.72	37.88	229.5	679
	Какао с молоком	200	3.16	3.34	22.94	130.6	382
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Итого	995	33,61	17,99	77,58	965,3	
Неделя 1							
День 3							

Завтрак	Каша рисовая на молоке со слив. маслом	200	3,9	5,1	40,11	134,75	173
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Тефтели из говядины с соусом	130	11.78	12.91	14.9	223	286
	Картофельное пюре	150	3.45	15.7	16.33	181	694
	Тушёная капуста	60	0.93	3.25	6.72	67.58	321
	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.2	62	376
	Итого	990	34,47	30,7	155,4	1029,8	
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	424
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Рыбные котлеты (рыба)	90	15.78	12.14	0.28	83.25	234
	Рисовый гарнир	150	7.56	5.67	29.85	189.12	679
	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Фрукты	180	0.10	0.66	34.8	87.95	-
	Итого	890	49,14	21,67	258,07	981,17	
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	Каша гречневая на молоке	200	5,52	5,92	29,63	194	179
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Котлета из куриного филе	90	9.78	13.58	7.73	227.89	354
	Гречка рассыпчатая	150	7.46	5.61	35.84	230.45	679
	Отварная морковь в нарезке	60	1.55	0.77	6.34	58.90	16
	Какао с молоком	200	3.16	3.34	22.94	130.6	382
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Итого	1140	32,73	34,45	131,1	1034	

Неделя 2

День 6

Завтрак	Макаронны отварные с маслом	150					
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Плов из говядины	230	22.23	12.00	41.52	264	304
	Отварная свекла в нарезке	60	0.93	3.12	6.15	68.37	17
	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Итого	850	35,07	28,56	123,7	919,98	

Неделя 2

День 7

	Каша манная на молоке со сливочным маслом	200/5					
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Шницель куриный	90	11.13	16.33	8.47	223	354
	Гречка рассыпчатая	150	7.46	5.61	35.84	230.45	679
	Какао с молоком	200	3.16	3.34	22.94	130.6	382
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Кондитерские изделия	20	21.24	25.16	61.64	432	-
	Итого	1095	419,34	611,33	148,43	847,59	
	Макаронны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	668

Неделя 2

День 8

завтрак	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	424
	Салат из белокачанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44	43
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Биточки мясные из говядины	90	12.97	11.78	15.99	234.54	268
	Отварные макароны	150	5.52	4.52	26.45	168.45	688

	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Фрукты	180	0.76	0.65	19.65	87.92	-
	Итого	1090	35,22	32,13	125,7	1024,08	

Неделя 2

День 9

Завтрак	Каша гречневая на молоке	200	5,52	5,92	29,63	194	179
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Рыбные котлеты	90	15.78	2.14	0.28	83.25	234
	Картофельное пюре	150	3,45	15,7	16,33	181.0	694
	Тушёная капуста	60	0.93	3.25	6.72	67.58	321
	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.2	62	376
	Итого	990	35,78	16,8	119,3	858,6	

Неделя 2

День 10

Завтрак	Рисовая каша	200	100,06	11,34	41,26	307	177
	Чай с сахаром	200	0,07	0.02	15.2	62	376
	Хлеб пшеничный	30	8,2	1,4	17,5	214,4	8
Обед	Куриное филе с соусом сметанным	130	45.67	42.67	54.78	295.34	311
	Пшеничный гарнир	150	6.60	5.72	37.88	229.5	679
	Отварная морковь в нарезке	60	1.55	0.77	6.34	58.90	16
	Какао с молоком	200	3.16	3.34	22.94	130.6	382
	Хлеб пшеничный	40	3.07	1.07	20.9	107.2	-
	Итого	1050	458,2	975,5	202,3	6	1118,4
	Итого за 10 дней						