

Школа МАОУ Бутурлинская СОШ им. В.И. КазаковаУтвердил: должность директор**Типовое примерное меню приготавливаемых блюд**Возрастная категория 12-17 лет (ОВЗ)фамилия Зуйкова Ю.А.дата 12 / 9 / 2024

день / месяц / год

Недел я	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть	№ рецептуры	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная с маслом сливочным	210	11	11	45	317	4	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685	
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86		
			фрукты								
			<i>итого</i>		450	14	12	77	461		
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский	250	6	4	16	130	197	
			2 блюдо	Биточек рыбный	80	13	5	10	137	255	
			гарнир	Макароны отварные	200	7	6	35	225	688	
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	21	98	399	
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86		
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72		
<i>итого</i>		810	32	17	100	748					
1	1	<b>Итого за день:</b>			1260	46	29	177	1209		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные	200	7	6	35	225	688	
				Птица запечённая	100	18	19	46	246	293	
			гор.напиток	Компот из замороженных ягод	200	0	0	18	69	632	
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86		
			фрукты								
<i>итого</i>		540	27	26	116	626					
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5	13	103	170	
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему	200	13	9	21	321	436	
			гарнир								
			напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685	
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86		
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72		
<i>итого</i>		730	21	16	67	640					

1	2	<b>Итого за день:</b>			1270	48	42	183	1266	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	210	7	11	43	296	4
			гор.напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	36	142	859
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты	Фрукт	150	1	1	15	71	
			<i>итого</i>		600	10	13	111	595	
1	3	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3	3	22	120	208
			2 блюдо	Плов из птицы	200	15	15	27	308	492
			гарнир							
			напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
			<i>итого</i>		730	24	20	82	644	
1	3	<b>Итого за день:</b>			1330	34	33	193	1239	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная молочная с маслом сливочным	210	9	12	46	319	4
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	692
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты	Фрукт	150	1	1	15	71	
			<i>итого</i>		600	15	18	107	628	
1	4	Обед	закуска							
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем	250	6	7	10	115	187
			2 блюдо	Котлета мясная	100	16	12	16	229	608
			гарнир	Пюре картофельное	200	4	6	27	183	694
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	36	142	859
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
			<i>итого</i>		830	31	27	107	827	
1	4	<b>Итого за день:</b>			1430	46	45	214	1455	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный вермишелевый	250	6	6	22	165	160
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты							
			<i>итого</i>		490	9	7	54	309	
1	5	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный гороховый	250	5	5	16	135	206

			2 блюдо	Гуляш из мяса говядины	100	8	14	6	157	437
			гарнир	Макароны отварные	200	7	6	35	225	688
			напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
			<i>итого</i>		830	26	27	90	733	
1	5	<b>Итого за день:</b>				1320	35	34	144	1042
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша ассорти "Дружба"	210	6	9	43	284	297
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	58	685
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты							
			<i>итого</i>			450	8	10	75	428
2	1	Обед	закуска							
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем и рыбой	270	8	5	10	119	187
			2 блюдо	Котлета мясная	100	16	12	16	229	608
			гарнир	Рис отварной	200	8	14	56	290	511
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	21	98	399
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
				Томатный соус	30	1	1	3	26	587
		<i>итого</i>			880	39	34	124	920	
2	1	<b>Итого за день:</b>				1330	47	44	199	1348
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная молочная с маслом сливочным	210	9	12	46	319	4
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	3	4	29	152	692
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты							
			<i>итого</i>			450	14	17	92	557
2	2	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп из овощей	250	2	4	12	99	135
			2 блюдо	Птица запечённая	100	18	19	46	246	293
			гарнир	Макароны отварные	200	7	6	35	225	688
			напиток	Компот из замороженных ягод	200	0	0	18	69	632
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
		<i>итого</i>			830	32	31	129	797	
2	2	<b>Итого за день:</b>				1280	46	48	221	1354

2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная с маслом сливочным	210	11	11	45	317	4
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты							
			<i>итого</i>		450	14	12	77	461	
2	3	Обед	закуска							
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5	13	103	170
			2 блюдо	Тефтели мясные с томатным соусом.	90	9	11	11	180	461, 587
			гарнир	Гречневая каша рассыпчатая	200	10	7	48	307	679
			напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
			<i>итого</i>		820	27	25	105	806	
2	3	<b>Итого за день:</b>			1270	41	37	182	1267	
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	210	7	11	43	296	4
			гор.напиток	Какао с молоком	200	5	5	33	190	693
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты	Фрукт	150	1	1	15	71	
			<i>итого</i>		600	15	18	108	643	
2	4	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный гороховый	250	5	5	16	135	206
			2 блюдо	Биточек рыбный	80	13	5	10	137	255
			гарнир	Пюре картофельное	200	4	6	27	183	694
			напиток	Компот из замороженных ягод	200	0	0	18	69	632
			хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
<i>итого</i>		810	27	18	89	682				
2	4	<b>Итого за день:</b>			1410	42	36	197	1325	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный вермишелевый	250	6	6	22	165	160
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
			хлеб	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
			фрукты	Фрукт	150	1	1	15	71	
			<i>итого</i>		640	10	8	69	380	
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный с мясными фрикадельками	285	2	3	15	180	137, 112
			2 блюдо	Котлета мясная	100	16	12	16	229	608

		гарнир	Макароны отварные	200	7	6	35	225	688
		напиток	Чай с сахаром	200	1	0	15	58	685
		хлеб бел.	Батон Нарезной	40	2	1	17	86	
		хлеб черн.	Хлеб Дарницкий	40	3	1	1	72	
		<i>итого</i>		865	31	23	99	850	
2	5	<b>Итого за день:</b>		1505	41	31	168	1230	
		<b>Среднее значение за период:</b>		1340,5	42,6	37,9	187,8	1273,5	

Все 1 и 2 блюда готовятся с использованием йодированной соли