



Льготное меню (2 неделя)

11 марта 2024

ОВЗ 5-11 класс

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,8	6,34
Макаронные изделия отварные с сыром	200	10,5	9,6	38,2	280,9	39,34
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	16,50
Итого	555	17,59	25,5	56,23	527,6	76,57

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Помидор в нарезке	80	0,9	0,2	3	17	10,40
Суп крестьянский с крупой (крупяной)	250	6,17	7,77	14,05	150,2	14,02
Каша гречневая рассыпчатая	200	11	9,3	47,9	318,5	14,16
Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	27,89
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Хлеб йодированный	30	1,264	0,16	7,728	42,56	2,16
Хлеб ржаной	20	0,448	0,088	3,952	18,39	1,38
Итого	880	34,182	23,818	87,73	705,85	74,89



Льготное меню (2 неделя)

12 марта 2024

ОВЗ 5-11 класс

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углевод		
Каша вязкая молочная овсяная	250	10,7	15,9	42,7	357,1	17,42
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,5	11,2	91,2	9,96
Сыр твердых сортов	30	7	8,8	0	107,5	8,80
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	17,50
Итого	615	22,79	36,9	69,13	701,2	63,20

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углевод		
Икра свекольная	80	1,8	5,7	9,1	95,2	6,08
Рассольник Ленинградский	250	5,93	7,8	17	161,7	17,54
Котлета мясная	90	16,4	16,3	14,6	271,6	32,89
Макаронные изделия отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	9,02
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Хлеб йодированный	30	1,264	0,16	7,728	42,56	2,16
Хлеб ржаной	20	0,448	0,088	3,952	18,39	1,38
Итого	870	33,282	37,468	102,82	886,61	73,95



Льготное меню (2 неделя)

14 марта 2024

ОВЗ 5-11 класс

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Помидор в нарезке	80	0,9	0,2	3	17	10,4
Плов с курицей	250	27,3	8,1	33,2	314,6	55,34
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,5	8,8
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Итого	595	43,09	27,4	56,13	647,2	88,93

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Горошек зеленый	80	3	0,3	6	37	5,20
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,87	7,6	12,62	142,77	18,64
Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	11,67
Рыба тушеная в томате с овощами	100	13,71	7,4	6,4	147	23,29
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Хлеб йодированный	30	1,264	0,16	7,728	42,56	2,16
Хлеб ржаной	20	0,448	0,088	3,952	18,39	1,38
Итого	880	29,782	18,148	94,2	662,82	67,22



Льготное меню (2 неделя)

ОВЗ 5-11 класс

15 марта 2024

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	8,1	35,7	242,1	15,21
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Яйцо отварное	40	4,8	4	0,3	56,6	16,50
Чай с лимоном и сахаром	200/7/15	0,53		9,87	41,6	4,88
Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,5	8,80
Сок витаминизированный	200	1	0,2	20,2	92	23,00
Итого	755	20,59	29,4	67,83	627,5	77,90

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Винегрет с растительным маслом	80	1,0	7,1	5,4	89,5	9,12
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,45	3,47	23,12	149,5	15,12
Печень говяжья по-строгановски	100	16,8	17,5	6,6	250,6	22,35
Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	16,88
Плоды свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	7,00
Компот из смеси сухофруктов с вит.С	200	0,5	0	19,8	81	5,43
Хлеб йодированный	30	1,264	0,16	7,728	42,56	2,16
Хлеб ржаной	20	0,448	0,088	3,952	18,39	1,38
Итого	980	30,912	36,818	103,325	869,975	79,44

Итого за день

Завтраков 71,75 руб. _____

Обедов 71,75 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко