



**ЛЬГОТНОЕ МЕНЮ**  
**ОВЗ 5-11 класс**  
**(1 неделя) Осень — Зима**  
**13 мая 2024**  
**«ЗАВТРАК 1**

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Огурец в нарезке	80	0,6	0,1	2,0	11,3	10,80
Макаронны отварные с сыром	200	10,5	9,6	38,2	280,9	39,34
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
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,4	25,5	155,2	9,96
<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>15,79</b>	<b>21,5</b>	<b>56,33</b>	<b>484,8</b>	<b>69,61</b>

**ОБЕД 1**

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углевод		
Помидор в нарезке	80	0,9	0,2	3	17	10,40
Суп картофельный с горохом	250	8,35	5,75	20,35	166,42	9,72
Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	16,88
Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,9	23,29
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3		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
<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>29,462</b>	<b>17,098</b>	<b>76,73</b>	<b>582,57</b>	<b>68,71</b>

**Итого за день**

**Завтраков 71,75 руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 71,75 руб.** \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

А.С. Ересенко



## ЛЬГОТНОЕ МЕНЮ

ОВЗ 5-11 класс

14 мая 2024

ЗАВТРАК 2

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
Плов с курицей	200	27,3	8,1	33,2	314,6	55,34
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
<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>29,39</b>	<b>16,6</b>	<b>47,83</b>	<b>460,9</b>	<b>80,13</b>

## ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Винегрет с растительным маслом	100	1,2	9	6,7	111,9	9,12
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,45	3,47	23,12	149,5	15,12
Каша гречневая рассыпчатая	200	11	9,3	47,9	318,5	14,16
Тефтели мясные	90	12,3	11	7,5	177,6	24,89
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
<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>32,762</b>	<b>31,118</b>	<b>102,3</b>	<b>823,95</b>	<b>71,71</b>

Итого за день

Завтраков 71,75 руб. \_\_\_\_\_

Обедов 71,75 руб. \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

А.С. Ересенко



## Льготное меню

ОВЗ 5-11 класс

15 мая 2024

### ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Запеканка из творога	200	34,2	21,3	33,3	463,1	57,97
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
Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	11,81
Плоды свежие	150	0,6	0,6	15,5	66	7,00
<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>40,29</b>	<b>34,6</b>	<b>66,23</b>	<b>737,7</b>	<b>86,29</b>

### ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Огурец в нарезке	80	0,6	0,1	2,0	11,3	10,8
Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)	250	6,4	7,77	13,42	149,3	13,26
Капуста тушеная	200	4,8	6,8	19,4	158,3	16,12
Котлета из курицы	90	17,3	4	12,1	152,5	29,12
Плоды свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	7,00
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
<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>31,492</b>	<b>19,278</b>	<b>75,62</b>	<b>604,27</b>	<b>84,72</b>



## ЛЬГОТНОЕ МЕНЮ

ОВЗ 5-11 класс

16 мая 2024

### ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углеводы		
Горошек зеленый	80	3,0	0,3	6	37	5,20
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
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,2	0,1	74,8	6,88
Чай с лимоном, с сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	4,88
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	17,50
Батон	25	0,79	0,1	4,83	26,6	2,63
<b>Итого</b>	<b>715</b>	<b>29,69</b>	<b>24,6</b>	<b>80,23</b>	<b>660,1</b>	<b>79,14</b>

### ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб.
		белки	жиры	углевод		
Горошек зеленый	80	3	0,3	6	37	5,20
Рассольник Ленинградский	250	5,93	7,8	17	161,7	17,54
Биточки мясные	90	16,4	16,3	14,6	271,6	28,11
Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3	9,02
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
<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>34,642</b>	<b>32,048</b>	<b>112,78</b>	<b>881,55</b>	<b>68,84</b>

**Итого за день**

**Завтраков 71,75 руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 71,75 руб.** \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

А.С. Ересенко



## Льготное меню

17 мая 2024

ОВЗ 5-11 класс

### 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
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
Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,5	8,80
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
Плоды свежие	100	0,4	0,4	10,3	44	17,50
<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>19,99</b>	<b>29,6</b>	<b>57,93</b>	<b>579,5</b>	<b>72,40</b>

### ОБЕД 5

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
Суп картофельный с горохом	250	8,35	5,75	20,35	166,42	9,72
Жаркое по-домашнему	250	25,1	24,2	21,5	403,7	40,38
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
<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>36,562</b>	<b>33,798</b>	<b>66,33</b>	<b>719,77</b>	<b>64,86</b>