

Согласованно

Директор МБОУ



Утверждаю:

ИП

Салахова Д.Д.

**Основное (организованное) меню для обучающихся муниципальных
общеобразовательных организаций
муниципального района Ишимбайский район РБ на осенне – зимний сезон
2024 – 2025 г.**

- 71,09 руб. начальное звено (1-4классы) – завтрак
- 150,82 руб. ОВЗ, инвалиды, СВО (начальное звено 1-4кл.) - завтрак, обед

1 неделя: 1-4 кл - завтрак; ОВЗ, инвалиды - завтрак, обед

Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
№ТК	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды					
ТК № 208	Каша пшеничная молочная	180	6,7	7,6	32,6	222
ШО7ИЯ19	Чай с лимоном и сахаром	200	2	0	9,3	38
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	7,5	3,55	21,57	121
ТК №	Масло сливочное	8	0,64	0,64	5,6	62
ТК	Йогурт детский	100	2,9	2,5	12,6	85
	Итого за прием	538	19,74	14,29	81,67	528
	Сумма: 69,57 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды					
ТК № 5	Салат из свеж.капусты	60	1,3	2,7	6,2	57
ДО7ДИ19	Суп картофельный с клецками	200	8	7,3	9	137
ДО7КЛ19	Плов из птицы	180	17,04	21,64	28,44	384
ТК № 77	Кисель из концентрата плодовых	200	4	0	25	76
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	0,7	0,7	7,2	70
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	35	2,7	0,6	34,8	63
	Итого за прием	705	33,74	32,94	110,64	787
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	Итого за день	1243	53,48	47,23	192,31	1315
	2 день					
Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды					
ДО7КЛ19	Биточки мясные, соус томатный	100	7,8	10,8	8,3	163
ДО7ЕЯ19	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 282	Чай витаминизированный	200	0,0	0,0	9,7	39
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	55	1,2	2,55	21,57	121
	Итого за прием	505	17,4	18,75	74,17	547
	Сумма: 69,57 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды					
ТК	Огурец (порционно)	60	1,5	0,0	2,3	12
ТК№52	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	117
ТК № 82	Котлеты рыбные, соус томатный	100	8,6	8,03	10,3	150
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,9	4,7	7,6	91
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	8,7	7,5	10,8	102
	Итого за прием	770	28,2	29,4	85,4	719
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					

	Итого за день	1275	45,6	48,13	159,52	1266
	3 день					
	Прием пищи, наименование блюда	выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды					
№СБ№205	Котлеты из птицы, соус томатный	100	9,5	1,71	11,7	177
№СБ№107	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,3	33,3	196
ДО7ЖД19	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	1,7	1,55	21,5	121
ТК	Сыр порционно	8	2,6	1,4	7	29
	Итого за прием	508	21,58	11,21	83,7	592
	Сумма: 69,57 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды					
ТК№17	Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	21
ТК№ 67	Суп картофельный с бобовыми	200	6,2	4,1	25,5	169
ТК № 214	Гуляш из птицы	90	11,21	11,86	2,59	162
ДО7Д287	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	3,6	37,6	201
ШО7ИЯ19	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	1,3	1,5	5,6	71
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	35	1,7	1,6	36	92
	Итого за прием	765	25,01	22,78	121,49	751
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	Итого за день	1273	46,59	33,99	205,19	1343
	4 день					
	Прием пищи, наименование блюда	выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды					
ДО7КЛ19	Плов из птицы	180	17,04	21,64	28,44	384
ШО7ИЯ19	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	1,7	1,55	21,5	121
ТК	Яблоко свежее	100	0,4	0	9,8	58
	Итого за прием	530	19,24	23,21	69,64	598
	Сумма: 69,57 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды					
ТК № 19	Салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60
ДО7ДИ19	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,1	9,4	79
ДО7КЛ19	Котлеты из говядины, соус томатный	100	7,8	10,8	8,3	163
ДО7ЕЯ19	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,5	1,1	5,6	25
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	3,7	1,6	12,2	45
	Итого за прием	770	25,4	25,75	106,3	706

	Итого за день	1300	44,64	48,96	175,94	1304
	Сумма: 147,57 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
Неделя: пер	5 день					
Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды					
ТК № 84	Тефтели из говядины с рисом	100	7,5	7,9	9,4	171
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ДО7РЭ19	Чай с лимоном и сахаром	200	2	0	9,3	38
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	3,7	5,5	33,5	124
	Итого за прием	500	16,3	18	72,3	470
	Сумма: 69,57 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды					
№СБ№71	Винегрет овощной	60	1	3,1	4	76
ДО7ДИ19	Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,3	2,2	14,3	88
№СБ№205	Биточки из птицы, соус томатный	100	9,5	1,71	11,7	177
ТК № 177	Рожки отварные	150	5,4	4,3	33,3	196
ДО7ЖЛ19	Напиток из плодов	200	0	0	17,6	67
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,5	2,8	5,6	59
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	5,6	3,7	17,2	73
	Итого за прием	770	26,28	17,76	103,7	736
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	Итого за день	1270	42,58	35,76	176	1206

2 неделя : 1-4 кл - завтрак, ОВЗ, инвалиды - завтрак, обед

Прием пищи, наименование блюда		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	1 день					
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды					
ДО7ЕС19	Каша "Дружба"	200	6,27	8,13	33,47	232
ДО7ИС20	Запеканка из творога со сгущенкой	57	9,4	6,67	11,65	144
ШО7ИЯ19	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2,7	1,55	21,57	121
	Итого за прием	507	18,47	16,37	76,59	532
	Сумма: 69,57 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды					
ТК № 19	Салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60
ДО7РИС9	Суп картофельный с пшеном	200	2,1	2,1	15,5	90
ТК № 214	Рагу из птицы	180	15,8	20,15	18,7	317

ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	1,98	0,27	11,4	101
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	35	3,7	0,49	41,1	94
	Итого за прием	705	25,2	25,8	122,9	772
	Итого за день	1212	43,7	42,1	199,5	1304
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	2 день					
Прием пищи, наименование блюда		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды						
ДП70000	Котлеты "Нежные", соус томатный	100	8,1	13	6,61	176
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 282	Чай витаминизированный	200	0,0	0,0	9,7	39
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин	55	4,4	6,2	30,8	179
	Итого за прием	505	15,6	23,8	67,21	531
	Сумма: 69,57 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды						
ТК№17	Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	21
ДО7ДГ19	Рассольник ленинградский	200	1,7	4,8	12,3	104
№СБ№205	Фрикадельки из птицы, соус томатный	100	7,3	9	4,3	127
ДО7ЕЯ19	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 77	Кисель из концентрата плодовых	200	4	0	25	76
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,3	2,1	5,6	71
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	5,7	2,6	36	55
	Итого за прием	770	30,2	24	122,1	678
	Итого за день	1275	45,8	47,8	189,31	1209
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	3 день					
Прием пищи, наименование блюда		Выход	Белки,	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды						
ДО7КЛ19	Плов из птицы	180	17,04	21,64	28,44	384
ШО7ИЯ19	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	0,9	0,45	19	79
ТК	Йогурт детский	100	2,9	2,5	12,6	85
	Итого за прием	530	20,94	24,61	69,94	583
	Сумма: 69,57 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды						
ТК № 5	Салат из свеж.капусты	60	1,3	2,7	6,2	57
ТК № 64	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	3,9	10,1	87
№СБ№107	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,3	33,3	196
№СБ№141	Гуляш из говядины	90	13,05	14,1	2,8	190

ШО7ИЯ19	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	1,98	0,27	11,4	59
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	2,04	0,36	36	79
	Итого за прием	760	25,65	25,6	109,7	703
	Итого за день	1290	46,59	50,21	179,64	1286
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	4 день					
Прием пищи, наименование блюда		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды						
ДО7ЕЯ19	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 103	Тефтели из говядины с рисом	100	7,5	7,9	9,4	171
ШО7ИЯ19	Чай с сахаром и лимоном	200	2	0	9,3	38
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	0,7	1,5	19,7	121
ТК	Сыр порционно	8	0,6	1,4	7	29
	Итого за прием	508	19,2	16,2	80	583
	Сумма: 69,57 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды						
ТК	Огурец (порционно)	60	1,5	0,0	2,3	12
ТК№52	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	117
ТК № 82	Котлеты рыбные, соус томатный	100	8,6	8,03	10,3	150
ДО7170	Гороховое пюре	150	8,6	5,1	39,1	240
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,7	2,2	5,6	91
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	5,7	5,8	3,2	88
	Итого за прием	770	30,5	25,7	94,8	808
	Итого за день	1278	49,7	41,9	174,8	1391
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					
	5 день					
Прием пищи, наименование блюда		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды						
ТК № 217	Макароны , запеченные с сыром	180	8,8	14,2	29,4	283
ШО7ИЯ19	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	4,7	1,55	21,57	121
ДО7ФРУКТ	Яблоко	100	0,4	0	9,8	58
	Итого за прием	530	16,3	18,05	70,97	531
	Сумма: 69,57 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды						
ТК №24	Салат витаминный	60	0,9	2,7	6,5	56
ТК№ 67	Суп картофельный с бобовыми	200	6,2	4,1	25,5	169
№СБ№205	Котлеты из птицы, соус томатный	100	9,5	1,71	11,7	177

ТК № 179	Капа рисовая рассыпчатая	150	3,7	3,6	37,6	201
ДОЖЛ19	Напиток из плодов	200	0	0	17,6	67
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,3	2,13	5,6	35
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	4,7	1,6	3,2	52
	Итого за прием	770	27,3	15,84	107,7	757
	Итого за день	1300	43,6	33,89	178,67	1288
	Сумма: 147,59 руб. (ОВЗ, инвалиды)					