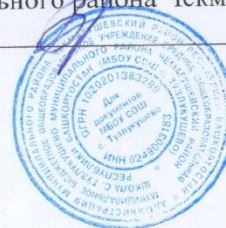


Согласовано
Начальник МКУ «Отдел образования Администрации
муниципального района Чекмагушевский район РБ
Шайдуллин И.Ф.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Тузлукушево
муниципального района Чекмагушевский район РБ
Багманова Ф.Р.



Примерное десятидневное меню для общеобразовательных организаций
муниципального района Чекмагушевский район РБ на 2024-2025 учебный год на осенне-зимний период
категория начальные 1-4 классы ОВЗ

Составила технолог Отдела образования

Миннигалиева И.Р.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Тузлукушево

Багманова Ф. Р.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
Щи из свежей капусты 63		250	2,10	6,30	10,60	107,80
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	68,75	55	1	0,1	2,5	14,90
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,40
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
Биточки рыбные с соусом 161		100	9,90	6,70	6,40	131,00
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,90
Чай с сахаром 300		200	0,10		12,00	48,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0	0	0,1	0,50
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С		200	4,20	9,40	36,30	243,30
КАРТОФЕЛЬ	296,86	200,38	3,9	0,8	31,7	149,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
ЙОГУРТ 2,5 %		100	5,00	2,50	3,50	54,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ (шт)	1 шт.	1	0	0	0	0,60
ПЕЧЕНЬЕ		50	5,00	2,50	45,00	208,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	50	3,7	4,8	36,1	202,20
			29,50	27,80	135,80	896,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			29,50	27,80	135,80	896,70

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Тузлукуцево
Багманова Ф. Р.



МЕНЮ ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
Борщ с капустой и картофелем 37	250		1,90	6,70	10,80	111,10
СВЕКЛА	50	40	0,6	0	3,4	16,30
КАРТОФЕЛЬ	28,1	21,08	0,4	0,1	3,3	15,70
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,40
МОРКОВЬ	13,1	10,48	0,1	0	0,7	3,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,25	5,25	0,1	0	0,4	2,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,00
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	210		37,20	45,30	41,10	747,10
филе птицы	73,61	73,61	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,00
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0	0,9	4,30
КРУПА РИСОВАЯ	55,07	55,07	3,8	0,6	39,6	177,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	7,35	7,35	0	7,1	0	64,10
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,92	2,92	0,1	0	0,6	2,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,05	1,05	0	0	0	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200		0,20		15,00	60,60
ЯБЛОКИ	45,4	45,4	0,2	0,2	4,3	20,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			42,50	52,40	88,90	1 022,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,50	52,40	88,90	1 022,80

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ

с. Тузлукушево

Багманова Ф. Р.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С		250	3,80	3,30	16,80	111,90
КАРТОФЕЛЬ	66,25	49,69	1	0,2	7,9	37,20
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,40
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/16 шт.	2,52	0,3	0,3	0	3,90
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ П/Ф 189		100	10,70	11,70	5,70	176,80
биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	8,3	8,3	0	8,1	0	72,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
Макаронные изделия отварные		200	7,40	7,10	47,10	281,50
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	68	68	7,3	0,9	46,5	222,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 274		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ из КОНЦЕНТРАТА	24	24	0	0	18,5	74,10
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			25,10	22,50	115,10	769,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,10	22,50	115,10	769,20

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ

с. Тузлукушево

Багманова Ф. Р.



МЕНЮ **ОВЗ 1-4 кл.(обед)**

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
СУП- ЛАПША ДОМАШНЯЯ 56		250	2,50	4,90	13,90	109,40
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,25	5,25	0,1	0	0,4	2,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	225	225	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
ЛАПША ДОМАШНЯЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,00
Котлеты куриные с томатным соусом п/ф		60/40	11,00	12,50	7,50	186,10
котлеты куриные п/ф 76/60	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,50
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,60
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,59	0	0	0	0,20
МОРКОВЬ	2,3	1,84	0	0	0,1	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,40
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		150	8,70	5,40	45,00	264,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,75	0,75	0	0	0	0,00
Чай с сахаром 300		200	0,10		12,00	48,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0	0	0,1	0,50
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			25,50	23,20	100,40	712,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			25,50	23,20	100,40	712,10

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Тузлукушево

Багманова Ф. Р.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми 45		250	2,30	3,90	13,60	99,20
КАРТОФЕЛЬ	67,5	50,63	1	0,2	8,1	37,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,20
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	21,25	21,14	4,8	0,3	9,9	61,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШЕМУ 181		220	22,50	17,30	22,10	334,10
ГОВЯДИНА БЕЗ КОСТЕЙ	111	111	20	17,3	0	234,70
КАРТОФЕЛЬ	152	114	2,2	0,5	18	85,20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,2	0	1,2	5,80
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	7	7	0	6,8	0	61,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	7	7	0,3	0	1,3	6,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 283		200	0,60		27,90	113,80
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	25	25	0	0	0	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
ЙОГУРТ 2,5 %		100	5,00	2,50	3,50	54,00
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ (шт)	1 шт.	1	0	0	0	0,60
ПЕЧЕНЬЕ 36 ГР		36	2,60	3,40	26,00	145,60
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	36	36	2,6	3,4	26	145,60
			36,20	27,50	115,10	850,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,20	27,50	115,10	850,70

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Тузлукушево
Багманова Ф. Р.



МЕНЮ ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		100	2,30	7,60	13,60	119,60
СВЕКЛА	93,75	75	1,1	0,1	6,4	30,60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,83	17,5	0,2	0	1,4	7,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	7,5	7,5	0	7,3	0	65,40
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,70
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 47		250	2,80	2,90	21,80	124,10
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,5	0,3	11,8	56,10
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,9	32,80
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,6	9,74	0,1	0	0,8	3,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3,75	3,75	0	3,6	0	32,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 214		175	15,40	19,60	18,20	309,00
Филе птицы	72	72	0	0	0	0,00
КАРТОФЕЛЬ	107	80,25	1,6	0,3	12,7	59,90
МОРКОВЬ	21	16,8	0,2	0	1,2	5,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,50
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,90
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,1	0	0,7	3,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
Чай с сахаром 300		200	0,10		12,00	48,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0	0	0,1	0,50
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			23,80	30,50	87,60	705,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,80	30,50	87,60	705,30

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Тузлукушево
Багманова Ф. Р.



МЕНЮ ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
СВЕКОЛЬНИК 43		250	1,90	6,30	10,10	104,20
СВЕКЛА	80	64	1	0,1	5,4	26,10
КАРТОФЕЛЬ	57,5	43,13	0,9	0,2	6,8	32,20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,4	11,26	0,2	0	0,9	4,50
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,25	3,25	0,2	0	0,6	3,20
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,00
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ П/Ф 189		100	10,70	11,70	5,70	176,80
биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	8,3	8,3	0	8,1	0	72,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 241		200	4,30	8,10	31,00	215,00
КАРТОФЕЛЬ	226	169,5	3,3	0,7	26,8	126,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	32	32	0,9	1	1,5	18,60
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА		200	2,80	3,20	19,70	118,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,20
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			22,90	29,70	88,50	718,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,90	29,70	88,50	718,70

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ

с. Тузлукушево

Багманова Ф. Р.



МЕНЮ ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми 45		250	2,30	3,90	13,60	98,80
КАРТОФЕЛЬ	67,5	50,63	1	0,2	8,1	37,80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,20
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ГОРОХ КОЛОТЫЙ	21,25	21,14	4,8	0,3	9,9	61,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
Котлеты куриные с томатным соусом п/ф		60/40	11,00	12,50	7,50	186,10
котлеты куриные п/ф 76/60	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,50
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,60
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,59	0	0	0	0,20
МОРКОВЬ	2,3	1,84	0	0	0,1	0,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,00
масло подсолнечное	0,5	0,5	0	0,5	0	4,40
Макаронные изделия отварные		200	7,40	7,10	47,10	281,50
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	68	68	7,3	0,9	46,5	222,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		200	0,20		15,00	60,60
яблоки	45,4	45,4	0,2	0,2	4,3	20,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0	0	0	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			24,10	23,90	105,20	731,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			24,10	23,90	105,20	731,00

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Тузлукушево
Багманова Ф. Р.



МЕНЮ ОВЗ 1-4 кл.(обед)

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250		2,30	7,70	15,40	140,60
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,5	0	1,4	8,10
КАРТОФЕЛЬ	33,75	25,31	0,5	0,1	4	18,90
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	0,7	0,1	7,2	32,30
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5	0,1	0	0,9	4,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	212,5	212,5	0	0	0	0,00
Биточки рыбные с соусом 161	100		9,90	6,70	6,40	131,00
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,90
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150		8,70	5,40	45,00	264,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	102	102	0	0	0	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,75	0,75	0	0	0	0,00
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3	200				23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			24,10	20,20	112,30	734,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			24,10	20,20	112,30	734,60

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с. Тузлукушево
Багманова Ф. Р.



МЕНЮ **ОВЗ 1-4 кл.(обед)**

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОБЕД						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 44		250	1,90	5,90	12,60	115,20
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,40
КАРТОФЕЛЬ	66,25	49,69	1	0,2	7,9	37,20
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,00
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	11,5	7,48	0,2	0	0,5	2,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,00
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ		210	37,20	45,30	41,10	747,10
филе птицы	73,61	73,61	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,00
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0	0,9	4,30
КРУПА РИСОВАЯ	55,07	55,07	3,8	0,6	39,6	177,90
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	7,35	7,35	0	7,1	0	64,10
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,92	2,92	0,1	0	0,6	2,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,05	1,05	0	0	0	0,00
Чай с сахаром 300		200	0,10		12,00	48,60
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0	0	0,1	0,50
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			42,40	51,60	87,70	1 014,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,40	51,60	87,70	1 014,90