

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Алексеева Нурислава И
Дата *07.09.2021*

УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.
Директор *Резяпов А.Я.*

Дата *07.09.2021*



Примерное 2-х недельное меню
для организации питания обучающихся
с ОВЗ и инвалидов с 7 до 11 лет и 12 лет и
старше
в муниципальных бюджетных
образовательных учреждениях
МР Альшеевский район РБ.

(осень)

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 1)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)
День: понедельник
Сезон: осень
Неделя: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша молочная " Дружба"	150/4	5	6	25	201	74	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Повидло 1 шт	20			13	50	504	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		624	10	7	97	506		71.09
обед								
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	1.01	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9.14	4	122	47.04	
	Печенье Топленое молоко	18	1.35	2.43	12.25	76.85	132	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		700	25.35	26.57	96.25	699.85		79.73
Итого за день		1324	35.35	33.57	193.3	1205.85		150.82

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-
День: понедельник
Сезон: осень
Неделя: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша молочная " Дружба"	150/4	5	6	25	201	74	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Повидло 1 шт	20	0.08		13	50	504	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		624	10.08	7	97	506		78.02
обед								
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9.14	4	123	47.33	
	Печенье Топленое молоко	18	13.35	2.43	12.25	76.85	132	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		803	41.35	30.6	114.25	787.85		90.02
Итого за день		1427	51.43	37.6	211.25	1293.85		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы) День: вторник Сезон: осень
Неделя: 1 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Биточки из мяса цыпленка-бройлера	60	10	12	6	173	61.06	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		504	21	18	90	611		71.09
обед								
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155.01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	6	2	90	488.12	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	30	2		15	74	205	
Итого за обед		753	22	18	100	604		79.73
Итого за день		1257	43	36	190	1215		150.82

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды,СВО (5-11 классы) День: вторник Сезон: осень
Неделя: 1 Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Биточки из мяса цыпленка-бройлера	60	10	12	6	173	61.06	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207.0	
Итого за завтрак		550.5	23	20	101	672		78.02
обед								
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Мясо тушеное с овощами	60	7	7	3	108	488.1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		803	28	21	127	762		90.02
Итого за день		1353.5	51	41	228	1434		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: среда
Неделя: 1

Сезон: осень
Возрастная категория:7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Огурцы соленные	30			1	4	494	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107.01	
	Рыба(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	6	4	2	89	185	
	ПеченьеТопленое молоко	18	1.35	2.43	12.25	76.85	92.02	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		522	14.35	12.43	74.25	483.85		71.09
обед								
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19	
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	3	5	20	129	26.02	
	Плов из мяса кур	150	14	18	24	320	64	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		730	23	29	94	729		79.73
Итого за день		1252	37.35	41.43	168.3	1212.85		150.82

Рацион: дети с ОВЗ , дети-инвалиды, СВО (5-11 классов)

День: среда
Неделя: 1

Сезон: осень
Возрастная категория:12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Огурцы соленные	30			1	4	494	
	Картофельное пюре	200/7	4	6	29	192	107	
	Рыба(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	6	4	2	89	185	
	ПеченьеТопленое молоко	18	1.35	2.43	12.25	76.85	92.02	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		575	15.35	13.4	77.25	524.85		78.02
обед								
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19	
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	3	5	20	129	26.02	
	Плов из мяса кур	200	14	25	40	443	64.12	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		800	25	36	120	901		90.02
Итого за день		1375	40.35	49.4	197.25	1425.85		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: дети с ОВЗ , дети-инвалиды ,СВО (1-4 классы)

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория:7-11 лет

ОВЗ , дети-инвалиды СВО (5-11 классы)

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория:12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60		3	2	34	7.02	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	6	2	90	488.12	
	Чай витаминный	200/5			11	39.9	102.04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		519	19	16	78	551.9		71.09
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7	16	91	31.02	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты "Ладушки"	60	6	10	12	194	486.01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593.2	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		704	21	25	101	681		79.73
Итого за день		1223	40	41	179	1232.9		150.82

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
	Помидоры порционные	60		3	2	34	7.02	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65.02	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	6	2	90	488.1	
	Чай витаминный	200/5			11	39.9	102	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	550	20	17	84	574.9		78.02
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31.08	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77.02	
	Котлеты "Ладушки"	60	6	10	12	194	486	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593.2	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		805	25	27	122	801		90.02
Итого за день		1355	45	44	206	1375.9		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: дети с ОВЗ , дети-инвалиды ,СВО (1-4 классы)			День: пятница Неделя: 1			Сезон: осень Возрастная категория:7-11 лет		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшениная молочная	150/4	6	7	27	209	73	
	Чай с сахаром	200			9	40	90.02	
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143.01	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101.02	
Итого за завтрак		554	13	11	90	470		71.09
обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4	7	17	97	29.01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107.01	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593.01	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		704	29	29	78	662		79.73
Итого за день		1258	42	40	168	1132		150.82

Рацион: дети с ОВЗ , дети-инвалиды СВО			День: пятница Неделя: 1			Сезон: осень Возрастная категория:12 лет и старше		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
	Каша пшениная молочная	150/4	6	7	27	209	73	
	Чай с сахаром	200			9	40	90.02	
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101	
Итого за завтрак		554	13	11	90	470		78.02
обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	29.02	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		805	33	30	93	752		90.02
Итого за день		1359	46	41	183	1222		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы) День: понедельник Сезон: осень
Неделя: 2 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты "Ладушки"	60	6	10	12	194	486.01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593.01	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		504	20	18	98	693		71.09
обед								
	Огурцы соленные порционные	30			1	4	494	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Рыба(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	2	89	185	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		712	20	17	84	541		79.73
Итого за день		1216	40	35	182	1234		150.82

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО День: понедельник Сезон: осень
Неделя: 2 Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Котлеты "Ладушки"	60	6	10	12	194	486	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593.2	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207.0	
Итого за завтрак		550	22	21	108	735		78.02
обед								
	Огурцы соленные порционные	30			1	4	494	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	2	5	13	111	27.02	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77.02	
	Рыба(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	2	89	185	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		815	21	14	103	662		90.02
Итого за день		1365	43	35	211	1397		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)		День: вторник	Сезон: осень					
		Неделя: 2	Возрастная категория: 7-11 лет					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107.01	
	Куры отварные(бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39.9	102.04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		509	25	22	63	564.9		71.09
обед								
	Помидоры порционные	40			1	5	115	
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	3	5	20	129	26.02	
	Овощное рагу с филе кур	150	10	14	11	185	491.14	
	Печенье Топленое молоко	18	1	3	12.25	76.85	132	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		718	18	23	77.25	558.85		79.73
Итого за день		1227	43	45	140.3	1123.75		150.82

Рацион: дети с ОВЗ , дети-инвалиды, СВО		День: вторник	Сезон: осень					
		Неделя: 2	Возрастная категория:12 лет и старше					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107	
	Куры отварные(бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593.2	
	Чай витаминный	200/5			11	39.9	102	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207	
Итого за завтрак		555	27	24	67	600.9		78.02
обед								
	Помидоры порционные	60	1		2	11	171	
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08	
	Овощное рагу с филе кур	200	14	18	16	251	491	
	Печенье Топленое молоко	18	1.35	2.43	12.25	76.85	132	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		808	24.35	29.4	77.25	611.85		90.02
Итого за день		1363	51.35	53.4	144.25	1212.75		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)
День: среда
Сезон: осень
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Тефтели говяжьи с рисом	60	8	13	7	182	138,03	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		504	19	19	91	620		71.09
обед								
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/26	6	7	30	161	33,01	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	11,7	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	40	3	1	19	98	206	
Итого за обед		710	24	25	110,7	780		79.73
Итого за день		1214	43	44	201,7	1400		150.82

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО
День: среда
Сезон: осень
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Тефтели говяжьи с рисом	60	8	13	7	182	138	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,2	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак		550	21	21	102	681		78.02
обед								
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	6,3	10	11,7	194	486	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		802	30,3	27	136,7	913		90.02
Итого за день		1352	51,3	48	238,7	1594		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)		День: четверг	Сезон: осень					
		Неделя: 2	Возрастная категория: 7-11 лет					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Помидоры порционные	60		3	2	34	7.02	
	Плов из мяса кур	150	14	18	24	320	64	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		660	19	22	85	609		71.09
обед								
	Огурцы соленые	30			1	4	494	
	Свекольник	200/8	4	8	14	96	36.01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107.01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	122	47.04	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		712	18	23	78	536		79.73
Итого за день		1372	37	45	163	1145		150.82

ОВЗ, дети-инвалиды, СВО		День: четверг	Сезон: осень					
		Неделя: 2	Возрастная категория: 12 лет и старше					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Помидоры порционные	60		3	2	34	7.02	
	Плов из мяса кур	150	14	18	24	320	64	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		660	19	22	85	609		78.02
обед								
	Огурцы соленые	30			1	4	494	
	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36.05	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47.22	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		815	22	25	91	622		90.02
Итого за день		1475	41	47	176	1231		168.04

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша "Артек" молочная	150/4	6	6	56	276	69	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101.02	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554	12	8	115	554		71.09
обед								
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19	
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7	16	91	31.02	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155.01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	6	2	90		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		714	20	22	89	592		79.73
Итого за день		1268	32	30	204	1146		150.82
Итого за период		12611	392.7	391	1789	12047.4		
В среднем за период		1261.1	39.27	39.1	178.9	1204.74		

ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69.02	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101	
	Напиток из свежемороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4.34	0.55	26.56	135.3	27.01	
Итого за завтрак		589.5	13.34	8.55	128.56	645.3		78.02
обед								
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19	
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31.08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Мясо тушеное с овощами	20/50	6	6	2	90	488.1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		845	24	25	110	712		90.02
Итого за день		1434.5	37.34	33.6	238.56	1357.3		168.04
Итого за период		13859	457.8	430	2034.01	13543.65		
В среднем за период		1385.9	45.78	43	203.401	1354.365		