

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: четверг

Сезон:

осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	я		
завтрак								
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	26	107,01
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/40	12	4	2	89	3	434
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106,07
Итого за завтрак		611	22	12	78	448	33	
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	250	5	10	14	104	21	27,02
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	3	47,07
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		724	21	23	87	578	24	
Итого за день		1335	43	35	165	1026	57	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 10 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я	Витами н С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	1	71
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Фрукты	120			12	56	12	101,03
Итого за завтрак		524	8	6	84	375	13	
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	14	26,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	30	1	2	2	22	2	91,01
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	26	107,01
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		712	22	24	88	591	43	
Итого за день		1236	30	30	172	966	56	
Итого сум-ма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: понедельник

Сезон:

осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины	№ рецептуры
			Б	Ж	У	я	н С	
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Чай витаминный	200/5			10	40		102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
Итого за завтрак		517	20	24	95	577	3	
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Плов из курицы	180	12	22	36	397	3	490
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		697	21	33	80	642	37	
Итого за день		1214	41	57	175	1219	40	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

Директор

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	2	47,04
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6	5	29	180		65
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Фрукты	120			12	56	12	101,03
	Итого за завтрак	601	17	14	95	519	17	
обед								
	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Жаркое по-домашнему из курицы	180	14	17	24	303	31	51,05
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		710	23	28	98	621	52	
Итого за день		1311	40	42	177	1137	69	
Итого сумма за завтрак и обед		100 р						

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 15 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины	№ рецептуры
			Б	Ж	У		н С	
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	32	5,01
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	4	64,01
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
	Итого за завтрак	528	20	36	108	753	36	
обед	Свекольник со сметаной	250/10	5	11	17	120	19	36,02
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	2	29
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за обед	714	20	21	87	553	21	
Итого за день		1242	40	57	195	1306	57	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
завтрак	Овощное рагу с мясом	160	10	12	12	198	24	133,03
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106,07
	Итого за завтрак	510	17	15	71	435	25	
обед	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	14	26,01
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/40	12	4	2	89	3	434
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6	5	29	180		65
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за обед	712	26	16	79	523	17	
Итого за день		1222	43	31	150	958	42	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 17 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины	№ рецептуры
			Б	Ж	У	я	и С	
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	1	74
	Чай с сахаром	200			9	25		92,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
	Фрукты	120			12	56	12	101,03
Итого за завтрак		534	11	9	86	414	13	
обед	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	13	33,02
	Картофель тушеный из филе кур с овощами	200	15	20	24	306	33	151,07
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		707	25	28	81	593	49	
Итого за день		1241	36	37	167	1007	62	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 20 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
	Итого за завтрак	522	21	24	106	626	3	
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	2	44,02
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за обед	729	19	17	86	512	2	
Итого за день		1251	40	41	192	1138	5	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 сентября 2021 г.

Фацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: вторник

Сезон:

осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	я		
завтрак								
	Жаркое по -Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	30	480
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Фрукты	1 шт			12	56	12	101,03
Итого за завтрак		550	17	14	86	491	42	
сбед								
	Суп картофельный с клецками	200	3	7	10	68	10	32,01
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210		67,01
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/40	12	4	2	89	3	434
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	50	4		40	118	
Итого за обед		704	23	15	85	522	13	
Итого за день			40	29	171	1013	55	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

128,03

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 22 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

Грием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я	Витами н С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6	5	29	180		65
	Гуляш из куриного филе	40/50	12	16	4	174	4	47,05
	Чай витаминный	200/5			10	40		102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
	Итого за завтрак	509	24	24	83	550	4	
обед	Помидоры порционные	40						115
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Овощное рагу с филе кур	160	11	15	11	198	25	491,01
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	50	4		40	118	
	Итого за обед	700	20	23	67	474	43	
Итого за день		1209	44	47	150	1024	47	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

128,03

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 23 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	я		
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	26	107,01
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/40	12	4	2	89	3	434
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106,07
Итого за завтрак		611	22	12	78	448	33	
обед	Борщ с капустой и картофелем	250	5	10	14	104	21	27,02
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	3	47,07
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		724	21	23	87	578	24	
Итого за день		1335	43	35	165	1026	57	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины	Макроэлементы
			Б	Ж	У	я	и С	ры
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	1	71
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Фрукты	120			12	56	12	101,03
	Итого за завтрак	524	8	6	84	375	13	
обед	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	14	26,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	30	1	2	2	22	2	91,01
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	26	107,01
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за обед	712	22	24	88	591	43	
Итого за день		1236	30	30	172	966	56	
Итого сумма за завтрак и обед								100 р

Директор

Директор Резяпов А.Я.

Гацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

Сезон: осень

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я	Витами н С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Чай витаминный	200/5			10	40		102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
	Итого за завтрак	517	20	24	95	577	3	
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Плов из курицы	180	12	22	36	397	3	490
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за обед	697	21	33	80	642	37	
Итого за день	1214	41	57	175	1219	40		
Итого сумма за завтрак и обед		100 р						

Директор

Директор Резяпов А.Я.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: зторник

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-18

		Неделя:	5	возрастная категория:			7-10		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я	Витамины и С	№ рецепту ры	
			Б	Ж	У				
завтрак									
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	2	47,04	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6	5	29	180		65	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03	
	Фрукты	120			12	56	12	101,03	
Итого за завтрак		601	17	14	95	519	17		
обед									
	Салат луковый	30		3	2	39	3	47	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02	
	Жаркое по-домашнему из курицы	180	14	17	24	303	31	51,05	
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03	
Итого за обед		710	23	28	82	618	52		
Итого за день		1311	40	42	177	1137	69		
Итого сумма за завтрак и обед		100 р							

Директор

Директор Резяпов А.Я.

Раг нон:дети с ОВЗ, дети -инвалиды

Сезон:

осень

Возрастная категория: 7-18

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	32	5,01
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	4	64,01
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
	Итого за завтрак	528	20	36	108	753	36	
обед	Свекольник со сметаной	250/10	5	11	17	120	19	36,02
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	2	29
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		714	20	21	87	553	21	
Итого за день		1242	40	57	195	1306	57	
Итого сумма за завтрак и обед		100 р						

ВЕРСИЯ

СЛУЖЕБНО
ПОДПИСАЮЩИЙ

М

он: дети с ОВЗ, дети - инвалиды

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.

Меню на 30 сентября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети -инвалиды

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-18

Неделя: 5		Возрастная категория: 7-18						
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая я	Витами н С	Нормы рецепту ры
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Овощное рагу с мясом	160	10	12	12	198	24	133,03
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106,07
Итого за завтрак		510	17	15	71	435	25	
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	14	26,01
	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/40	12	4	2	89	3	434
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6	5	29	180		65
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за обед		712	26	16	79	523	17	
Итого за день		1222	43	31	150	958	42	
Итого сумма за завтрак и обед		100 р						