

Школа

Средняя школа № 2

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

ОВЗ обеды

Утвердил: должность

фамилия

дата

директор школы

Конохова О.А.

9 2025

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо								
			доп.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			доп. блюдо								
			доп.блюдо								
			итого		0	0	0	0	0		
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой	250	2,18	2,84	14,29	91,5	86	
			2 блюдо	Котлета из курицы	75	11,4	6,7	13,1	126,4	54-5м	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,3	5,3	38	233,7	54-4г	
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0,2	22,2	92	пром.	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого		755	27,56	16,04	128,55	631,2		90
1	1	Итого за день:									
1	2	Завтрак	гор.блюдо								
			доп.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			доп.блюдо								
			итого		0	0	0	0	0		
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп гороховый	250	5,3	5,03	19,9	146	54-8с	
			2 блюдо	Бефстроганов из отварной говядины	100	14,9	15,5	2,3	209,2	54-1м	
			гарнир	Пюре картофельное	150	3,2	7,2	20,8	139,4	54-11г	

			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого		780	29,58	28,73	103,76	663,2		90
1	2		Итого за день:		780	29,58	28,73	103,76	663,2		90
1	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			доп.блюдо								
			итого		0	0	0	0	0		
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,12	5,32	12,1	112,8	54-2с	
			2 блюдо	Биточки из свинины	75	20,3	12	4,5	204,8	268	
			гарнир	Макаронны отварные	150	5,4	4,9	28,8	196,8	54-1г	
			напиток	Кисель	200	0	0	7	26,3	пром.	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого		705	33,5	23,22	93,36	628,3		90
1	3		Итого за день:		705	33,5	23,22	93,36	628,3		90
1	4	Завтрак	гор.блюдо								
			доп.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп с рыбными консервами	250	7,37	8,45	15,68	168,25	54-27с	
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему с курицей	200	24,8	6,2	17,6	225,7	54-28м	

			гарнир	Компот из кураги		1	0,1	15,7*	66,9	54-2хн	
			напиток		200						
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого		730	38,85	15,75	89,94	548,45		90
1	4	Итого за день:			730	38,85	15,75	89,94	548,45		90
1	5	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			доп.блюдо								
			итого		0	0	0	0	0		
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо	Свекольник со сметаной	250	2,25	5,35	13,32	110,37	54-18с	
			2 блюдо	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,9	4	6,1	112,2	54-14р	
			гарнир	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г	
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого		780	24,73	15,15	103,38	540,47		90
1	5	Итого за день:			780	24,73	15,15	103,38	540,47		90
2	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			доп.блюдо								
			итого		0	0	0	0	0		
2	1	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60	0,83	2,7	4,58	45,6	54-13а	
			1 блюдо	Суп из овощей	250	1,78	4,65	10,1	89	54-17с	

			2 блюдо	Рагу из курицы	200	20,9	7	17,6	217,4	54-22м	
			гарнир								
			напиток	Кисель	200	0	0	7	26,3	пром.	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			фрукты	Апельсин свежий	150	1,1	0,3	15,2	64,5	пром.	
			итого		940	30,29	15,65	95,44	530,4		90
2	1	Итого за день:			940	30,29	15,65	95,44	530,4		90
2	2	Завтрак	гор.блюдо								
			доп.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			доп.блюдо								
			итого		0	0	0	0	0		
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп гороховый	250	5,3	5,03	19,9	146	54-8с	
			2 блюдо	Гуляш	100	16,9	16,4	4	232	260	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,3	5,3	38	233,7	54-4г	
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн	
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб йодированный	80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого		780	35,38	27,73	109,36	726,1		90
2	2	Итого за день:			780	35,38	27,73	109,36	726,1		90
2	3	Завтрак	гор.блюдо								
			доп.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		
2	3	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60	0,83	2,7	4,58	45,6	54-13а	

			1 блюдо	Свекольник со сметаной		250	2,25	5,35	13,32	110,37	54-18с	
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему		200	17,1	18,7	37,2	318	259	
			гарнир									
			напиток	Компот из сухофруктов		200	0,5	0	19,8	81	54-1хн	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	Хлеб йодированный		80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого			790	26,36	27,75	115,86	642,57		90
2	3	Итого за день:				790	26,36	27,75	115,86	642,57		90
2	4	Завтрак	гор.блюдо									
			доп.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого			0	0	0	0	0		
2	4	Обед	закуска									
			1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной		250	2,02	6,15	6,6	90,1	54-1с	
			2 блюдо	Сердце тушеное в соусе		110	11,33	6,93	5,5	124,3	262	
			гарнир	Макаронны отварные		150	5,4	4,9	28,8	196,8	54-1г	
			напиток	Компот из кураги		200	1	0,1	15,7	66,9	54-2хн	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	Хлеб йодированный		80	5,68	1	40,96	87,6	пром.	
			итого			790	25,43	19,08	97,56	565,7		90
2	4	Итого за день:				790	25,43	19,08	97,56	565,7		90
2	5	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			доп.блюдо									
			итого			0	0	0	0	0		

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]