

Директор
МБОУ «СОШ №2 п.Переволоцкий»
Переволоцкого района Оренбургской
области


С.В. Бунин
2024г.



Меню приготавливаемых блюд
для детей с ограниченными возможностями здоровья,
обучающихся в МБОУ «СОШ №2 п.Переволоцкий»
Переволоцкого района Оренбургской области

Организация: МБОУ "СОШ №2 п. Переволоцкий"

Название меню: Десятидневное меню
горячего питания для обучающихся с ОВЗ
МБОУ "СОШ №2 п. Переволоцкий"

Возрастная категория: от 7 до 18 лет

Срок действия меню: 2.09.2024 - 31.05.2025

№ рецептур ы	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергети ческая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за завтрак	245,0	6,0	4,6	21,3	150,8
	Итого за Завтрак					
	Обед					
54-4с	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	199,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	730	29,2	25,3	104,7	762,3
	Итого за день	975,0	35,2	29,9	126,0	913,1
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
53-19з	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,8
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	37,1	391,8
	ИТОГО за завтрак	240	2,6	8,4	43,7	493,4
	Обед					
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3
54-31хн	Компот из клубники	200	0,1	0	7,2	29,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Обед	740	27,8	15,5	101,2	654,8
	Итого за день	980	30,4	23,9	144,9	1148,2

	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	ИТОГО за завтрак	245	6,0	4,6	21,3	150,8
	Обед					
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
54-2м	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	730	32,5	24	107,6	774,3
	Итого за день	975	38,5	28,6	128,9	925,1
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
53-19з	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,8
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	37,1	391,8
	ИТОГО за завтрак	240	2,6	8,4	43,7	493,4
	Обед					
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-1г	Макаронны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Яблоко	95	0,4	0,4	9,3	42,2
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	59,8
	Итого за Обед	830	35	15,9	120,4	764,7
	Итого за день	1070	37,6	24,3	164,1	1258,1
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	ИТОГО за завтрак	245	6	4,6	21,3	150,8
	Обед					
54-25с	Суп гороховый	200	6,5	2,8	14,9	110,9
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,5	14	2,1	188,3

54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	730	35	24,1	102,3	766,3
	Итого за день	975	41	28,7	123,6	917,1
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
53-19з	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,8
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	37,1	391,8
	ИТОГО за завтрак	240	2,6	8,4	43,7	493,4
	Обед					
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Яблоко	132	0,5	0,5	12,9	58,6
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	777	24,9	21,5	100,5	695,1
	Итого за день	1017	27,5	29,9	144,2	1188,5
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	ИТОГО за завтрак	245	6	4,6	21,3	150,8
	Обед					
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	45	3	0,5	15	76,9
Пром.	Яблоко	65	0,3	0,3	6,4	28,9
	Итого за Обед	810	33,8	16,3	113,3	734,2
	Итого за день	1055	39,8	20,9	134,6	885
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
53-19з	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,8
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	37,1	391,8
	ИТОГО за завтрак	240	2,6	8,4	43,7	493,4

	Обед					
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
54-7м	Шницель из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,7
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6
	Итого за Обед	685	39,1	23,2	88,4	718,4
	Итого за день	925	41,7	31,6	132,1	1211,8
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	ИТОГО за завтрак	245	6,0	4,6	21,3	150,8
	Обед					
54-9с	Суп фасолевый	200	6,8	4,6	14,4	125,9
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-2м	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	710	32,1	25,9	93,5	734,8
	Итого за день	955	38,1	30,5	114,8	885,6
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
53-19з	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,8
пром.	Хлеб ржаной/пшеничный	30	2,3	0,2	37,1	391,8
	ИТОГО за завтрак	240	2,6	8,4	43,7	493,4
	Обед					
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-1г	Макароньы отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,3
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	45	3	0,5	15	76,9
	Итого за Обед	755	31,9	19,2	105,6	722,6
	Итого за день	995	34,5	27,6	149,3	1216