



Утверждаю

Директор

Лечунова И. М.

МЕНЮ

Для организации питания детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Название блюда	выход	ценность
	г	ккал
1 день. Понедельник 22.05.2023		
Завтрак		
Сыр твердых сортов в нарезке	30	107,5
Масло сливочное (порциями)	10	66,1
Каша жидкая молочная гречневая	200	187,3
Чай с сахаром	200	26,8
Яблоко	200	88,8
Хлеб пшеничный	50	117,2
Итого за Завтрак	690	593,7
Обед		
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	62,4
Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	144,5
Макароны отварные	200	262,4
Котлеты Домашние	75	131,2
Соус белый основной	30	18,7
Компот из брусники	200	32,7
Хлеб пшеничный	50	117,2
Хлеб ржаной	50	85,4
Итого за Обед	955	854,5
Итого за день	1645	1448,2
2 день. Вторник 23.05.2023		
Завтрак		
Сыр твердых сортов в нарезке	30	107,5
Омлет натуральный	200	300,7
Какао с молоком	200	100,4
Апельсин	230	86,9
Хлеб пшеничный	30	70,3
Итого за Завтрак	690	665,8
Обед		
Салат из моркови и чернослива	100	94,6
Суп гороховый	250	138,7
Плов из отварной говядины	200	348,2
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Хлеб пшеничный	50	117,2
Хлеб ржаной	100	170,8
Итого за Обед	900	897,4
Итого за день	1590	1563,2
3 день. Среда 24.05.2023		
Завтрак		
Масло сливочное (порциями)	10	66,1
Каша жидкая молочная пшенная	200	274,9
Кофейный напиток с молоком	200	86

Мандарин	120	42
Повидло абрикосовое	30	77,2
Хлеб ржаной	20	34,2
Хлеб пшеничный	30	70,3
Итого за Завтрак	610	650,7
Обед		
Салат из капусты с овощами	100	83,3
Суп фасолевый	250	157,4
Жаркое по-домашнему	200	317,9
Чай с молоком и сахаром	200	50,9
Хлеб пшеничный	50	117,2
Хлеб ржаной	100	170,8
Итого за Обед	900	897,5
Итого за день	1510	1548,2

4 день. Четверг 25.05.2023

Завтрак

Сыр твердых сортов в нарезке	10	35,8
Каша вязкая молочная кукурузная	200	287,8
Яйцо вареное	40	56,6
Чай с сахаром	200	21,4
Хлеб пшеничный	20	46,9
Банан	200	189
Итого за Завтрак	670	637,5

Обед

Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	122,5
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	126,1
Рис с овощами	200	223,7
Рыба, запеченная с сыром и луком (минтай)	100	175,2
Компот из кураги	200	66,9
Хлеб пшеничный	30	70,3
Хлеб ржаной	40	68,3
Итого за Обед	920	853
Итого за день	1590	1490,5

5 день. Пятница 26.05.2023

Завтрак

Сыр твердых сортов в нарезке	20	71,7
Масло сливочное (порциями)	10	66,1
Каша жидкая молочная манная	200	174,2
Чай с яблоком и сахаром	200	31,7
Хлеб пшеничный	50	117,2
Апельсин	230	86,9
Итого за Завтрак	710	547,8

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	120,9
Суп из овощей	250	89
Картофельное пюре	200	185,8
Капуста тушеная с мясом птицы	100	91,5

Хлеб пшеничный	60	140,6
Хлеб ржаной	50	85,4
Сок абрикосовый	200	105,6
Итого за Обед	960	818,8
Итого за день	1670	1366,6

6 день. Суббота 27.05.2023

Завтрак

Сыр твердых сортов в нарезке	20	71,7
Каша жидкая молочная рисовая	200	184,5
Какао с молоком	200	100,4
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	30	51,2
Йогурт 2.0%	100	62
Итого за Завтрак	590	563,6

Обед

Огурец в нарезке	100	14,1
Суп из овощей с фрикадельками рыбными	250	28,6
Каша гречневая рассыпчатая	200	311,6
Тефтели "Натуральные"	65	109,1
Соус красный основной	50	35,3
Компот из смеси сухофруктов	200	81
Хлеб пшеничный	70	164,1
Хлеб ржаной	50	85,4
Итого за Обед	985	829,2

Итого за день	1575	1392,8
----------------------	-------------	---------------

Составил Заведующий хозяйством  Баркова Е.П.