

Согласовано:
Директор



**Примерное двухнедельное меню
для организации бесплатного горячего питания обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья, получающих начальное общее образование (1-4 классы)**

Возрастная категория 7-11 лет			Сезон: осень-зима									
№ п/п	Неделя/День	№ рецептур	Наименование	Наименование блюд	Выход продуктов в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность продуктов в К/калл.	Стоимость одного дня питания,		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		
1	Неделя 1/ Понедельник		Организация питания	Услуга						80,00		
				В т. ч.	Меню							
			82	обед	Борщ с капустой и картофелем	250,00	1,8	4,92	10,93	103,75	12,23	
			279		Тефтели мясные (вариант 2)	110	7,48	8,29	9,44	142	32,62	
			171		Каша рисовая рассыпчатая	160	3,78	7,80	39,29	242,00	19,21	
			47		Салат из квашеной капусты	60	1,02	3,00	5,07	51,4	10,14	
			376		Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60	2,50	
					Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,60	
					Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
		Итого					820,00	17,01	24,48	96,61	686,67	
2	Неделя 1/ Вторник		Организация питания	Услуга						80,00		
				В т. ч.	Меню							
			102	обед	Суп картофельный с горохом	200,00	4,392	4,22	13,23	118,60	8,32	
			260		Гуляш из свинины	100,00	10,64	28,19	2,89	309,00	46,59	
			203		Макаронные изделия отварные	155	5,64	5,98	31,47	202,2	10,58	
			70		Огурцы соленые	50,00	0,40	0,05	0,85	5,00	8,96	
			376		Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,50	54	2,25	
					Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,60	
					Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
		Итого					725,00	23,99	38,90	78,82	776,34	
3	Неделя 1/ Среда		Организация питания	Услуга						80,00		
				В т. ч.	Меню							
			101	обед	Суп картофельный с рисом	250,00	1,97	2,71	12,11	85,75	10,20	
			259	завтрак	Жаркое-по домашнему	200	14,06	33,71	18,95	437,7	53,12	
			67		Винегрет овощной	75	1,05	7,53	5,47	93,83	8,96	
			377		Чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,20	62,00	4,42	
					Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,60	
					Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
		Итого					772,00	20,07	44,42	68,60	766,79	
		4	Неделя 1/ Четверг		Организация питания	Услуга						80,00
				В т. ч.	Меню							
	88			обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	14,17	
	279				Тефтели мясные (вариант 2)	110	7,48	8,29	9,44	142	32,62	
	171				Каша пшеничная рассыпчатая	155	6,84	8,01	40,06	260,00	10,30	
					Икра кабачковая	65	1,78	4,67	9,45	86,97	17,00	
	376				Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60	2,50	
					Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,65	
					Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,76	
Итого							820,00	20,80	26,39	98,73	726,22	
5	Неделя 1/ Пятница		Организация питания	Услуга						80,00		
				В т. ч.	Меню							
			103	обед	Суп картофельный макаронными изделиями	250,00	2,69	2,84	14,96	118,25	10,40	
			268		Биточки рубленые из свинины	90,00	11,57	26,45	11,83	334,20	45,90	
			174		Каша ячневая вязкая	205,00	6,38	10,11	41,23	280,59	8,27	
					Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	65,00	1,14	4,02	6,01	64,68	8,51	
			42		Чай с лимоном	185,00	0,12	0,02	13,58	55,41	3,62	
			377		Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,60	
					Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
		Итого					860,00	24,75	43,88	104,48	940,63	

6	Неделя 2 / Понедельник	Организация питания	Услуга							80,00
		В т. ч.	Меню							
	102	обед	Суп картофельный с фасолью	200,00	4,39	4,22	13,23	118,60	12,55	
	263		Рагу из свинины	200,00	13,35	34,35	19,66	432,00	48,92	
	70		Огурцы соленые	55,00	0,44	0,06	0,94	5,50	9,93	
	349		Компот из сухофруктов	180,00	0,59	0,08	28,81	119,52	5,3	
			Хлеб пшеничный	20,00	1,50	0,19	9,19	47,30	1,6	
			Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,7	
Итого				675,00	21,63	39,16	79,51	763,12		80,00
7	Неделя 2 / Вторник	Организация питания	Услуга							80,00
		В т. ч.	Меню							
	96	обед	Рассольник ленинградский	250,00	2,02	5,09	11,98	107,25	13,09	
	260		Гуляш из свинины	100,00	10,64	28,19	2,89	309,00	46,59	
	203		Макаронные изделия отварные	155	5,64	5,98	31,47	202,2	10,58	
	52		Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	49,68	3,94	
	376		Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60	2,50	
			Хлеб пшеничный	20,00	1,50	0,19	9,19	47,30	1,6	
			Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,7	
Итого				805,00	22,07	43,34	83,17	815,67		80,00
8	Неделя 2 / Среда	Организация питания	Услуга							80,00
		В т. ч.	Меню							
	101	обед	Суп картофельный с рисом	250,00	1,97	2,71	12,11	85,75	10,20	
	438		Азу	210,00	18,69	10,08	20,37	254,10	47,44	
			Зеленый горошек	50,00	1,50	0,00	3,00	17,50	14,64	
	377		Чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,20	62,00	4,42	
			Хлеб пшеничный	20,00	1,50	0,19	9,19	47,30	1,6	
			Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20,00	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
Итого				757,00	25,15	13,26	67,56	506,85		80,00
9	Неделя 2 / Четверг	Организация питания	Услуга							80,00
		В т. ч.	Меню							
	103	обед	Суп картофельный с макаронными	250	2,95	2,47	11,97	99,60	9,15	
	243		Сосиска отварная	100	10,09	28,27	0,45	298,18	43,35	
	174		Каша ячневая вязкая	157,00	4,89	7,74	31,58	214,89	10,34	
	47		Салат из квашеной капусты	65	1,11	3,25	5,50	55,7	11,36	
	376		Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60	2,50	
			Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,60	
			Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
Итого				812,00	21,97	42,21	81,37	815,88		80,00
10	Неделя 2 / Пятница	Организация питания	Услуга							80,00
		В т. ч.	Меню							
	82	обед	Борщ с капустой и картофелем	200,00	1,44	3,94	8,74	83,00	9,78	
	291		Плов из птицы	200,00	18,01	8,95	36,45	298,67	56,72	
	55		Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,85	3,62	3,77	51,0	7,70	
	376		Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60	2,50	
			Хлеб пшеничный	20	1,50	0,19	9,19	47,30	1,60	
			Хлеб ржаной "Целебный" йодированный	20	1,36	0,26	7,69	40,20	1,70	
Итого				700,00	23,24	16,97	80,84	580,17		80,00
Среднее значение за период				774,60	22,07	33,30	83,97	737,83		