



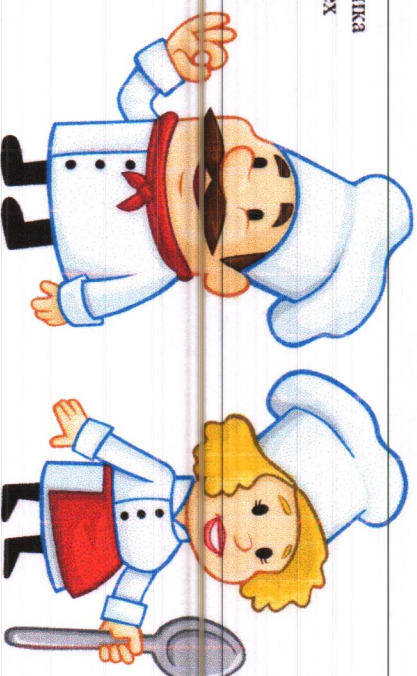
Согласовано:
Директор Медведев Н.С. Каширская



Директор
ООО «ТОРГОВЫЙ ДОМ РЕГИОН»

! Меню составлено на основе рекомендаций сборника
рецептур на продукты для обучающихся во всех
образовательных учреждениях/

Под ред. П.М. Мотыльного и В. А. Тутельяна. —
М.: Делта, 2015.



**ФАКТИЧЕСКОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ с ОВЗ и инвалидов 5 – 11 классов
МБОУ СОШ №2 п. ДОБРИНКА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ**

(двухразовое питание на сумму 129,00 рублей)

обучаются в одну смену не более 6 часов

2024 – 2025 учебный год

Школа МБОУ СОШ №2 п. Добринка Липецкая область

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Каширская НС

Возрастная категория

5-11 КЛАСС НА 129 РУБ

дата

25

день

8

месяц

2024

год

Неде ля	День и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога со стущённым молоком	55	21,8	4,1	69,2	211,7	223	17
				Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	41,6	376	3
			гор.напиток	Кондитерское изделие	30	0,2	2	21,52	66,3		9
			хлеб								
			фрукты								
			итого		285	22,07	6,12	105,72	319,6		29
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1,41	3,96	6,32	71,8	88	15
			2 блюдо	Птица отварная с соусом	150	7,55	20,05	0,15	211,6	16	43,15
			гарнир	Макаронные изделия отварные	100	3,678	3,01	17,63	112,3	309	8,5
				Кисель из концентрата	200	1	0,2	20,2	86,6	591, сб.1996г.	10
			напиток								
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	пр.	7
			хлеб черн.								
			фрукты	Мандарин	125	1	4	59	166,9		16,35
1	1	Итого за День:			830	16,878	31,66	123,06	741,16		100
			итого		1115	38,948	37,78	228,78	1060,76		129
			гор.блюдо	Рйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	209	13,3
				Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	41,6	376	3
			гор.напиток	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,2	9,66	46,76	пр.	3,7
			хлеб								
			фрукты	Яблоко	100	1	4	59	166,9	пр.	9
1	2	Завтрак									
			итого		360	7,73	8,82	83,94	318,26		29

1	2	Обед	закуска	Салат из свежей капусты	50	0,54	3,02	1,88	36,95	29	10,5
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой	200	1,58	2,17	9,7	68,6	101	12
			2 блюдо	Тефтели мясные	70	6,8	4,92	8,22	104,7	279	43,9
			гарнир	Картофельное пюре	155	2,43	3,58	24,46	144	520	15,6
			напиток	Компот из свежих фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349	11
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	пр.	7
			хлеб черн.								
			итого		725	14,25	14,22	96,03	579,01		100
			итого		1085	21,98	23,04	179,97	897,27		129
1	2	Итого за день:									
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая пшённая молочная	155	4,45	8,23	32	220,9	175	12,8
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	15	41,6	377	3,5
			хлеб	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,2	9,66	46,76	пр.	3,7
			фрукты	Яблоко	100	0,2	2	21,52	66,3	пр.	9
			итого		475	6,3	10,45	78,18	375,56		29
1	3	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров	50	0,54	3,02	1,88	36,95	29	17
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной	205	1,61	4,07	9,58	85,8	96	16,5
			2 блюдо	Котлета рубленая из птицы	60	7,49	9,19	8,24	147	268/330	40,5
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая с соусом	130	5,73	4,06	25,76	162,5	302	8,3
			напиток	Сок	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349	10,7
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	пр.	7
			хлеб черн.								
			Кон. изд								
			итого		695	18,27	20,87	97,23	657,01		100
1	3	Итого за день:			1170	24,57	31,32	175,41	1032,57		129
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлета рубленая из птицы	30	8,46	9,95	21,32	209	8	14
			гор.напиток	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,2	9,66	46,76	пр.	3
			хлеб	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	41,6	376	3
			фрукты	Кондитерское изделие	30	5,08	4,6	0,28	63	209	9

[illegible]

			гор.напиток	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,2	9,66	46,76	пр.	3,7
			хлеб								
			фрукты	Мандарин	70	1	4	59	166,9	3385	9
			итого		330	7,73	8,82	83,94	318,26		29
2	1	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров	50	0,54	3,02	1,88	36,95	29	12
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	12,38
			2 блюдо	Куриная голень запеченная	80	7,49	9,19	8,24	147	487	50,3
			гарнир	Рис отварной с соусом	150	2,43	3,58	24,46	114	304/333	10,32
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349	8
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	пр.	7
			хлеб черн.								
			итого		730	15,51	18,59	100,31	617,31		100
2	1	Итого за день:			1060	23,24	27,41	184,25	935,57		129
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная из пшена и риса	157,5	4,47	8,23	32	220,9	175	12,8
				Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,2	9,66	46,76	пр.	3,7
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	377	3,5
			хлеб	Кондитерское изделие	30	5,08	4,6	0,28	63	209	9
			фрукты								
			итого		407,5	11,26	13,05	57,14	392,66		29
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо	Щи из свеж. капусты с картофелем и сметаной	205	1,44	3,93	8,74	83	88	12
			2 блюдо	Птица тушеная в соусе	110	10,9	12,59	2,01	165,75	260	38,4
			гарнир	Макаронные изделия отварные	100	3,678	3,01	17,63	112,3	309	8
			напиток	Сок	200	0,31	0	39,4	160	389	19,6
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	пр.	7
			хлеб черн.								
			фрукты	Мандарин	125	1	4	59	166,9	3385	15
			итого		790	19,568	23,97	146,54	779,91		100

2	2	Итого за День:		1197,5	30,828	37,02	203,68	1172,57		129
2	3	Завтрак	гор.блюдо	40	3,32	6,63	7,25	152,8	204	17
			чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	41,6	376	3
			гор.напиток							
			хлеб							
			фрукты	100	1	4	59	166,9		9
			итого							
			закуска	340	4,32	10,65	81,25	361,3		29
2	3	Обед	1 блюдо	50	0,54	3,02	1,88	36,95	29	10,5
			2 блюдо	200	1,46	3,92	9,4	78,72	102	6
			гарнир	60	10,9	12,59	2,01	165,75	260	45,35
			напиток	155	2,43	3,58	24,46	144	128	10,65
			хлеб бел.	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349	20,5
			хлеб черн.	50	2,24	0,44	19,76	91,96	пр.	7
			итого							
			гор.блюдо	715	18,23	23,64	89,52	650,18		100
2	3	Итого за День:		1055	22,55	34,29	170,77	1011,48		129
2	4	Завтрак	гор.блюдо	30	8,72	8,38	8,14	143	294	13,3
			гор.напиток	20	1,58	0,2	9,66	46,76	пр.	3,7
			хлеб	200	0,07	0,02	15	41,6	376	3
			фрукты							
			Мучное изделие	50	0,66	0,09	1,2	32,01		9
			итого							
			закуска	300	11,03	8,69	34	263,37		29
2	4	Обед	1 блюдо	50	0,54	3,02	1,88	56,95	29	13,5
			2 блюдо	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	10,3
			гарнир	155	7,49	9,19	8,24	208	268/333	40,45
			напиток	200	1	0,2	20,2	86,6	591, сб. 1996г.	8,75
			хлеб бел.	50	3,36	1	20,76	191,96	пр.	20

			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	гр.	7
			итого		705	16,78	16,12	84,8	730,07		100
2	4	Итого за день:			1005	27,81	24,81	118,8	993,44		129
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Булочка глазированная	50	8,46	9,95	21,32	209	8	17
				Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,2	62	гр.	3
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты	Яблоко	100	0,2	0,1	21,52	66,3	гр.	9
			итого		350	8,73	10,07	58,04	337,3		29
2	5	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров	50	0,54	3,02	1,88	36,95	29	12
			1 блюдо	Суп картофельный с крутой	200	1,58	2,17	9,7	68,6	101	10,4
			2 блюдо	Биточки мясные с соусом	120	7,49	9,19	8,24	147	268/333	48,37
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	302	11,6
			напиток	Компот из свежих фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349	10,63
			хлеб бел.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,24	0,44	19,76	91,96	гр.	7
			хлеб черн.								
			итого		720	18,24	18,97	97,35	639,81		100
2	5	Итого за день:			1070	26,97	29,04	155,39	977,11		129
			Среднее значение за период:			1089,75	26,0654	28,9615	165,87	993,167	129