

Меню с 01.05.25 по 26.05.25 г.

обучающихся с ОВЗ из расчета 168 руб. (возрастная категория с 7 до 11 лет, завтрак и второй прием пищи)

№ Рец.	Рацион	Выход гр, мл, шт	Энерг. ценност ь ккал	Пищевые вещества (гр)			Цена (руб)
				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
завтрак	Дата: 05.05.25 понедельник 1 неделя 3 день						
204	Макароны отварные с сыром	200	334,4	13,53	15,92	34,11	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	
338	Фрукт свежий	100	53,3	0,48	0,48	11,76	
	Итого	540	522,82	17,70	16,80	75,06	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	154,35	3,39	2,55	20,91	
ПР	Соки фруктовые	200	76,00	0,00	0,90	18,18	
	Итого	230	230,35	3,39	3,45	39,09	
	Всего:						168,00
завтрак	Дата: 06.05.25 вторник 1 неделя 4 день						
174	Каша молочная кукурузная	250	334	7,63	11,1	50,78	
379	Напиток кофейный на молоке	200	155,2	3,6	2,67	29,2	
1	Бутерброд с маслом	40	136,00	7,49	2,36	14,89	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
	Итого	520,00	695,20	20,72	16,13	104,53	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 07.05.25 среда 1 неделя 5 день						
259	Жаркое по домашнему	250	377,47	21,92	24,08	18,26	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	510	581,03	26,69	24,52	57,55	
	Завтрак 2						
410	Ватрушка	75	101,00	2,42	1,08	14,59	
376	Чай с сахаром	200	60	0,53	0	9,47	
	Итого	275	161,00	2,95	1,08	24,06	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 12.05.25 понедельник 2 неделя 1 день						
182	Каша пшенная	220	220,98	7,3	4,3	38,27	
382	Какао с молоком	200	125,11	3,78	0,67	26	
1	Бутерброд с сыром	50	157	5,8	8,3	14,83	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
	Итого	500	573,09	18,88	13,27	88,76	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	

Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Юлутлин М.М. МАОУ СОШ №65

	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 13.05.25 вторник 2 неделя 2 день						
312	Пюре картофельное	150	137	3,08	2,33	19,13	
279/331	Тефтели мясные/ соус	110	223,00	6,96	16,11	11,61	
349	Компот из смеси с/ф	200	196,38	1,16	0,3	47,26	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	520	718,34	15,44	19,18	107,42	
	Завтрак 2						
424	Булочка домашняя	75	101,00	2,42	1,08	14,59	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	60	0,53	0	9,47	
	Итого	275	161,00	2,95	1,08	24,06	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 14.05.25 среда 2 неделя 3 день						
173	Каша геркулесовая на молоке с маслом	220	303	8,31	13,12	37,63	
3	Бутерброд с джемом или повидлом	50	169,00	2,60	4,60	29,30	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
	Итого	500	583,60	13,44	17,72	90,80	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 15.05.25 четверг 2 неделя 4 день						
204	Макароны отварные с сыром	220	334,4	13,53	15,92	34,11	
379	Напиток кофейный на молоке	200	155,2	3,6	2,67	29,2	
ПР	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	
1	Бутерброд с маслом	40	136,00	7,49	2,36	14,89	
	Итого	500	719,12	27,78	21,35	97,52	
	Завтрак 2						
410	Ватрушка	75	101,00	2,42	1,08	14,59	
376	Чай с сахаром	200	60	0,53	0	9,47	
	Итого	275	161,00	2,95	1,08	24,06	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 16.05.25 пятница 2 неделя 5 день						
224	Запеканка из творога с морковью и джемом	170	458	25,12	17,28	50,5	
ПР	Хлеб пшеничный	40	46,76	1,58	0,2	9,66	
376	Чай с сахаром	200	60	0,53		9,47	
ПР	Фрукты в ассортименте	100	47,00	0,40	0,40	9,80	
	Итого	510	611,76	27,63	17,88	79,43	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	
	Всего:						168-00

завтрак	Дата: 19.05.25 понедельник 1 неделя 1 день						
182	Каша рисовая	220	294	6	10,85	42,95	
3	Бутерброд с джемом или повидлом	50	169,00	2,60	4,60	29,30	
376	Чай с сахаром	200	40	0,53	0	9,47	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	

Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Юлсутлин М.М. МАОУ СОШ №65

	Итого	500	573,00	11,13	15,45	95,72	
	Завтрак 2						
424	Булочка домашняя	50	70,88	1,13	0,38	15,75	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
	Итого	250	112,48	1,66	0,38	25,62	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 20.05.25 вторник 1 неделя 2 день						
173	Каша геркулесовая на молоке с маслом	220	303	8,31	13,12	37,63	
382	Какао с молоком	200	125,11	3,78	0,67	26	
1	Бутерброд с сыром	50	157	5,8	8,3	14,83	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
	Итого	500	655,11	19,89	22,09	92,46	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 21.05.25 среда 1 неделя 3 день						
204	Макароны отварные с сыром	200	334,4	13,53	15,92	34,11	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	
338	Фрукт свежий	100	53,3	0,48	0,48	11,76	
	Итого	540	522,82	17,70	16,80	75,06	
	Завтрак 2						
	Булочка с повидлом	50	70,88	1,13	0,38	15,75	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
	Итого	250	112,48	1,66	0,38	25,62	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 22.05.25 четверг 1 неделя 4 день						
174	Каша молочная кукурузная	250	334	7,63	11,1	50,78	
379	Напиток кофейный на молоке	200	155,2	3,6	2,67	29,2	
1	Бутерброд с маслом	40	136,00	7,49	2,36	14,89	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
	Итого	520,00	695,20	20,72	16,13	104,53	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	
	Всего:						168-00
завтрак	Дата: 23.05.25 пятница 1 неделя 5 день						
259	Жаркое по домашнему	250	377,47	21,92	24,08	18,26	
345	Компот из свежих ягод (компотная смесь)	200	102,9	0,52	0,18	24,84	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	510	642,33	26,68	24,7	72,52	
	Завтрак 2						
410	Ватрушка	75	101,00	2,42	1,08	14,59	
376	Чай с сахаром	200	60	0,53	0	9,47	
	Итого	275	161,00	2,95	1,08	24,06	

Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Юлгутлин М.М. МАОУ СОШ №65

	Всего:						168-00
завтрак	Дата:26.05.25 понедельник 2 неделя 1 день						
182	Каша пшенная	220	220,98	7,3	4,3	38,27	
382	Какао с молоком	200	125,11	3,78	0,67	26	
1	Бутерброд с сыром	50	157	5,8	8,3	14,83	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	9,66	
	Итого	500	573,09	18,88	13,27	88,76	
	Завтрак 2						
ПР	Кондитерское изделие(вафли, печенье, пряник)	30	3,39	2,55	20,91	154,35	
ПР	Соки фруктовые	200	0,00	0,90	18,18	76,00	
	Итого	230	3,39	3,45	39,09	230,35	
	Всего:						168-00