

Меню с 01.10 по 31.10 2024 г.

обучающихся с ОВЗ из расчета 152 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	
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 01.10.24 вторник 1 неделя</b>						
TKN№532/ 1	Запеканка из творога со сгущ. молоком (120/10)	130	421,0	30,0	21,6	45,0	
№376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>611,9</b>	<b>32,6</b>	<b>30,1</b>	<b>71,6</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Кисломолочный продукт	100	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 02.10.24 среда 1 неделя</b>						
№3	Сыр порционнно	20	76,0	5,0	8,0	4,0	
Сб.2007 №182	Каша молочная пшеничная с маслом	200	318,0	8,2	12,8	42,4	
Сб.2007 №379	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,8	14,2	
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>595,9</b>	<b>19,3</b>	<b>42,9</b>	<b>72,1</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 03.10.24 четверг 1 неделя</b>						
Сб.2007 №403	Плов с птицей	270	387,0	22,3	23,6	55,7	
	Компот из яблок	200	116,0	0,3	0,0	19,2	
	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	50	94,0	3,2	0,4	19,3	
	<b>Итого</b>		<b>750,0</b>	<b>31,8</b>	<b>28,8</b>	<b>118,9</b>	
<b>завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Чай с молоком и сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 04.10.24 пятница 1 неделя</b>						
№184	Каша молочная кукурузная с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	
№376	Чай с сахаром	200	205,6	5,8	5,8	34,4	
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	
№5	Масло сливочное порционнно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	
	<b>Итого</b>		<b>594,5</b>	<b>13,1</b>	<b>26,1</b>	<b>78,1</b>	



Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М.С. МАОУ СОШ №65

	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 07.10.24 понедельник 2 неделя</b>					
Сб.2007 №187	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	284,0	7,4	13,9	31,9
№382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5
№760	Колбаса порционно	30	47,0	0,2	0,3	9,8
	<b>Итого</b>		<b>593,9</b>	<b>15,7</b>	<b>20,3</b>	<b>87,6</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 08.10.24 вторник 2 неделя</b>					
ТК№5	Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1
ТК№140	Макаронные отварные с сыром (150/30)	180	257,0	8,7	11,9	37,5
№376	Чай с сахаром	200	205,6	5,8	5,8	34,4
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5
	<b>Итого</b>		<b>593,9</b>	<b>15,7</b>	<b>20,3</b>	<b>87,6</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 09.10.24 среда 2 неделя</b>					
№21	Яйцо вареное	40	62,8	5,1	4,6	0,3
Сб.2007 №182	Каша молочная манная с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1
Сб.2007 №379	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,3	14,2
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5
	<b>Итого</b>		<b>518,7</b>	<b>17,1</b>	<b>38,5</b>	<b>57,0</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Чай с сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 10.10.24 четверг 2 неделя</b>					
ТК№387	Гуляш из птицы (50/50)	100	170,0	14,6	10,3	7,9
Сб.2007 №312	Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3
Сб.2007 ТК№348	Компот из сухофруктов	200	129,0	1,0	0,0	33,0



Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М.С. МАОУ СОШ №65

TKN№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>518,7</b>	<b>17,1</b>	<b>38,5</b>	<b>57,0</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Чай с сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 11.10.24 пятница 2 неделя</b>						
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	
№211	Омлет натуральный	150	380,0	16,0	16,2	37,4	
№740	Чай с сахаром и лимоном	200	59,0	0,3	0,0	15,2	
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>571,9</b>	<b>18,7</b>	<b>24,7</b>	<b>64,2</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 14.10.24 понедельник 1 неделя</b>						
С6.2007	Каша молочная рисовая с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	
№182							
№382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4	
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	
	<b>Итого</b>		<b>594,5</b>	<b>13,1</b>	<b>26,1</b>	<b>78,1</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 15.10.24 вторник 1 неделя</b>						
TKN№532/1	Запеканка из творога со сгущ. молоком (120/10)	130	421,0	30,0	21,6	45,0	
№376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>611,9</b>	<b>32,6</b>	<b>30,1</b>	<b>71,6</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Кисломолочный продукт	100	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 16.10.24 среда 1 неделя</b>						
№3	Сыр порционно	20	76,0	5,0	8,0	4,0	
С6.2007	Каша молочная пшеничная с маслом	200	318,0	8,2	12,8	42,4	
№182							
С6.2007	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,8	14,2	
№379							
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	



Оставлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М.С. МАОУ СОШ №65

	Итого		595,9	19,3	42,9	72,1	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	Итого		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Итого</b>						<b>152-00</b>
	<b>Всего:</b>						
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 17.10.24 четверг 1 неделя</b>						
С6.2007 №403	Плов с птицей	270	387,0	22,3	23,6	55,7	
	Компот из яблок	200	116,0	0,3	0,0	19,2	
	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	50	94,0	3,2	0,4	19,3	
	<b>Итого</b>		<b>750,0</b>	<b>31,8</b>	<b>28,8</b>	<b>118,9</b>	
<b>завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Чай с молоком и сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2	
	Сок		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Итого</b>						<b>152-00</b>
	<b>Всего:</b>						
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 18.10.24 пятница 1 неделя</b>						
№184	Каша молочная кукурузная с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	
№376	Чай с сахаром	200	205,6	5,8	5,8	34,4	
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	
	<b>Итого</b>		<b>594,5</b>	<b>13,1</b>	<b>26,1</b>	<b>78,1</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	Итого		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Итого</b>						<b>152-00</b>
	<b>Всего:</b>						
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 21.10.24 понедельник 2 неделя</b>						
С6.2007 №187	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	284,0	7,4	13,9	31,9	
№382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4	
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
№760	Колбаса порционно	30	47,0	0,2	0,3	9,8	
	<b>Итого</b>		<b>593,9</b>	<b>15,7</b>	<b>20,3</b>	<b>87,6</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	Итого		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Итого</b>						<b>152-00</b>
	<b>Всего:</b>						
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 22.10.24 вторник 2 неделя</b>						
ТК№5	Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	
ТК№140	Макаронные изделия с сыром (150/30)	180	257,0	8,7	11,9	37,5	
№376	Чай с сахаром	200	205,6	5,8	5,8	34,4	
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>593,9</b>	<b>15,7</b>	<b>20,3</b>	<b>87,6</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						



Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М.С. МАОУ СОШ №65

	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 23.10.24 среда 2 неделя</b>						
№21	Яйцо вареное	40	62,8	5,1	4,6	0,3	
Сб.2007 №182	Каша молочная манная с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	
Сб.2007 №379	Кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,8	14,2	
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>513,7</b>	<b>17,1</b>	<b>33,5</b>	<b>57,0</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Чай с сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 24.10.24 четверг 2 неделя</b>						
ТК№387	Гуляш из птицы (50/50)	100	170,0	14,6	10,8	7,9	
Сб.2007 №312	Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	
Сб.2007 ТК№348	Компот из сухофруктов	200	129,0	1,0	0,0	33,0	
ТК№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>513,7</b>	<b>17,1</b>	<b>33,5</b>	<b>57,0</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Чай с сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>

<b>завтрак</b>	<b>Дата: 25.10.24 пятница 2 неделя</b>						
№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1	
№211	Омлет натуральный	150	330,0	16,0	16,2	37,4	
№740	Чай с сахаром и лимоном	200	59,0	0,3	0,0	15,2	
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	
	<b>Итого</b>		<b>571,9</b>	<b>18,7</b>	<b>24,7</b>	<b>64,2</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6	
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)						
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2	
	<b>Итого</b>		210	0,7	0,6	38,8	
	<b>Всего:</b>						<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 28.10.24 понедельник 1 неделя</b>						
Сб.2007 №182	Каша молочная рисовая с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	
№382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	37,4	
№2	Хлеб пшеничный	40	57,9	2,3	0,3	11,5	



Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М.С. МАОУ СОШ №65

№5	Масло сливочное порционно	10	75,0	0,1	8,2	0,1
	<b>Итого</b>		<b>594,5</b>	<b>13,1</b>	<b>26,1</b>	<b>78,1</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 29.10.24 вторник 1 неделя</b>					
TKN№532/1	Запеканка из творога со сгущ. молоком (120/10)	130	421,0	30,0	21,6	45,0
№376	Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5
	<b>Итого</b>		<b>611,9</b>	<b>32,6</b>	<b>30,1</b>	<b>71,6</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Кисломолочный продукт	100	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 30.10.24 среда 1 неделя</b>					
№3	Сыр порционно	20	76,0	5,0	8,0	4,0
Сб.2007 №182	Каша молочная пшеничная с маслом	200	318,0	8,2	12,8	42,4
Сб.2007 №379	кофейный напиток	200	144,0	3,8	21,3	14,2
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5
	<b>Итого</b>		<b>595,9</b>	<b>19,3</b>	<b>42,9</b>	<b>72,1</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Сок	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>
<b>завтрак</b>	<b>Дата: 31.10.24 четверг 1 неделя</b>					
Сб.2007 №403	Плов с птицей	270	337,0	22,3	23,6	55,7
	Компот из яблок	200	116,0	0,3	0,0	19,2
	Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	50	94,0	3,2	0,4	19,3
	<b>Итого</b>		<b>750,0</b>	<b>31,8</b>	<b>28,3</b>	<b>113,9</b>
<b>завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>					
	Фрукт	150	94,0	0,4	0,6	19,6
	Вафли или печенье (булочка 50 гр)					
	Чай с молоком и сахаром	200	116	0,3	0,0	19,2
	<b>Итого</b>		<b>210</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>38,8</b>
	<b>Всего:</b>					<b>152-00</b>