«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»



Основное цикличное меню

Краснодарского края специальной (коррекционной) государственном общеобразовательном учреждении для детей в возрасте от 7 до 11 лет, обучающихся в школе-интернате № 13 п. Виноградный на зимне-весений период

MEHIO

10 дней возрастная категория 7-11 лет завтра, обед для детей с ОВЗ и детей-инвалидов

зимне-весенний период

				ОБЕД						January Control	завтрак		день 1	пищи	Прием
ИТОГО ЗА ОБЕД	Кондитерское изделие	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из сухофруктов	Плов из отварной курицы	Суп картофельный (с макаронными изделиями)	Икра кабачковая	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Фрукты (яблоко)	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Какао с молоком	Омлет натуральный	Наименование блюда	
820	50	30	30	200	200	250	60	500	100	30	40	180	150	порции	Rec
26,54	2,9	1,98	2,3	0,5	15,2	2,7	1,0	21,7	0,4	2,4	3	3	12,9	Белки	Щ
24,63	2,3	0,36	0,24	0	15,1	2,85	3,78	23,4	0,4	0,5	0,3	2,6	19,6	Жиры	Пищевые вещ
148,46	37,5	10,02	14,7	27	36	18,8	4,44	57,1	9,8	12,1	19,6	12,4	3,2	Углеводы	вещества
923,33	183	52,2	70,5	110	341,9	111,25	54,5	529,4	47	62,1	93,1	84,6	242,6	ценность	Энептетине
	590	109	108	508	406	147	6\н		112	574	573	462	268	рецептуры	Howen
	35,0	2,38	1,76	6,05	34,25	23,36	7,2		8,0	2,38	2,35	10,36	26,91	Стоимость	

1		ם	Ш	Пищевые вещества	ества	Этопротиностра	How
Пищи	Наименование блюда	порции	Белки	идиЖ	Углеводы	Энергетическая	рецептуры
ДЕНЬ 2	Котлеты "Пермские"	90	14,4	14	10,8	227,7	341
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	5	29,6	184,5	256
×	Кисло-молочный продукт (кефир 2,5%)	200	5,8	5	8	100,9	470
3ABTPAK	Хлеб ппеничный	40	3	0,3	19,6	93,4	573
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	1,8	41,4	574
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	30,4	24,6	76,1	647,9	
	Овощи соленые (огурец) нарезка	60	0,48	0,06	1,02	7,8	107
	Суп гороховый	250	2,3	4,25	15,1	108	144
	Котлета из говядины (биточки)	110	14,56	15,1	13,52	248,48	381
ОБЕД	Капуста тушенная	200	7,4	7,2	7,8	126	423
	Компот из свежих фруктов	200	0,5	0,2	23,1	96	507
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	108
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	16,7	87	109
	ИТОГО ЗА ОБЕД	920	32,29	27,81	101,84	790,78	

		746,9	118,61	17,74	27,18	930	ИТОГО ЗА ОБЕД	
8,03	112	47	9,8	0,4	0,4	100	Фрукты (яблоко)	
3,98	109	87	16,7	0,6	3,3	50	Хлеб ржаной	
2,91	108	117,5	24,6	0,4	3,8	50	Хлеб пшеничный	
6,05	808	110	27	0	0,5	200	Компот из сухофруктов	ОБЕД
65,12	340	215,42	20,8	8,16	14,6	220	Рыба запеченная с картофелем по- русски	
16,71	143	115,5	15,27	4,4	3,67	250	Суп из овощей	
7,2	е/н	54,48	4,44	3,78	0,96	60	Икра кабачковая	
		498,1	67,7	12,9	27,4	500	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	
1,76	573	70,4	14,8	0,2	2,3	30	Хлеб пшеничный	
8,0	460	64	11,5	1,3	1,6	200	чай с молоком	SAULIAN
8,0	112	47	9,8	0,4	0,4	100	Фрукты (яблоко)	3 A RTP A 16
5,47	433	31,7	0,7	3	0,5	20	Сметана	
26,72	285	285	30,9	8,0	22,6	150	3 Пудинг творожный запеченный	день з
Стоимость	рецептуры	Энергетическая ценность	Углеводы	Жиры	Белки	порции	Наименование блюда	пищи
		7	ества	Пищевые вещества	Ш	Đ		Ппием

	849,4	126,3	24,41	30,5	840	ИТОГО ЗА ОБЕД	
589	109,8	22,56	1,4	1,77	30	Кондитерское изделие (пряник)	
109	87	16,7	0,6	3,25	50	Хлеб ржаной	
108	117,5	24,6	0,4	3,8	50	Хлеб пшеничный	
507	96	23,1	0,2	0,5	200	Компот из свежих фруктов	ОБЕД
407	283	18,17	16,4	15,8	200	Рагу из птицы	
145	148,3	20,15	5,35	4,9	250	Суп картофельный (с фасолью)	
107	7,8	1,02	0,06	0,48	60	Овощи соленые (огуреп) нарезка	
	486,7	63,7	15,6	22,9	535	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	
574	61,8	12	0,5	2,4	30	Хлеб ржаной	
573	70,4	14,8	0,2	2,3	30	Хлеб пшеничный	
580	81,2	9,4	4,6	0,6	15	Кондитерское изделие (вафли)	ЗАВТРАК
465	88	13,6	2,5	2,8	200	Кофейный напиток с молоком	
377	105	8,7	6	4,1	150	Картофельное пюре	
29946	80,3	5,2	1,8	10,7	110	Рыба тушенная в томате с овощами	ДЕНЬ 4
рецептуры	ценность	Углеводы	Жиры	Белки	порции	Наименование блюда	пищи
Номер	Энепгетическая	ества	Пищевые вещества	Пи	Ban		

					ОБЕД				£		3ABTPAK			ДЕНЬ 5	пищи	1
ИТОГО ЗА ОБЕД	Фрукты (яблоко)	Хлеб ржаной	Хлеб ппеничный	Чай с сахаром с лимоном	Каша рисовая рассыпчатая	Котлета рыбная в томатном соусе	Свекольник	Икра кабачковая	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Чай с молоком	Каша рассыпчатая (гречневая)	Биточки по-Кубански	Наименование блюда.	
1010	100	50	50	200	180	120	250	60	500	20	40	200	150	90	порции	Rec
27,95	0,4	3,25	3,8	0,1	4,44	12,82	2,18	0,96	23,5	1,6	3,0	1,6	8,3	9	Белки	П
19,94	0,4	0,6	0,4	0	7,32	2,99	4,45	3,78	14,6	0,3	0,3	1,3	6,2	6,5	Жиры	Пищевые вещества
138,28	9,8	16,7	24,6	15,2	44,8	10,72	12,02	4,44	81,2	8,1	19,6	11,5	37	5	Углеводы	ества
848,16	47	87	117,5	61	262,8	121,38	97	54,48	586,2	41,4	93,4	64	235,1	152,3	ценность	Энептетинеская
	112	109	108	494	240	345	131	б/н		574	573	460	202	TTK-16	рецептуры	Номер
	8,0	3,98	2,94	4,96	13,98	56,0	12,94	7,2		1,59	2,35	8,0	13,20	48,98	Стоимость	1

		Пи	пцевые вещ	ества		The second transfer of	2
Наименование блюда	порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	рецептуры	Стоимость
Бутерброд с сыром и маслом	40	5,7	10,4	∞	148,1	65	10,22
Каша пшеничная молочная	200	7,5	7,4	35,7	239,6	235	13,23
Чай с молоком	200	0,3	0,1	9,5	40	459	4,96
Хлеб ржаной	20	1,6	6,3	1,8	41,4	574	1,59
Кондитерское изделие (печенье)	25	1,8	2,45	18,6	104,3	590	12,0
Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	112	8,0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	585	17,3	21,05	89,7	620,4		
Овощи соленые (помидор) нарезка	60	0,66	0,06	2,1	12	107	8,02
Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121,3	134	11,24
Макароны отварные	150	5,64	0,67	29,04	145	291	12,15
Сердце под соусом	105	17,1	13,1	4,1	203,3	398	66,71
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	108	2,94
Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	16,7	87	109	3,98
Чай с сахаром и лимоном	200	0,1	2,9	15,2	61	494	4,96
ИТОГО ЗА ОБЕД	865	32,6	22,98	107,99	747,1		
	Наименование блюда Бутерброд с сыром и маслом Каша пшеничная молочная Чай с молоком Хлеб ржаной Кондитерское изделие (печенье) Фрукты (яблоко) итого за завтрак Овощи соленые (помидор) нарезка Рассольник ленинградский Макароны отварные Сердце под соусом Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с сахаром и лимоном итого за объд	женование блюда віром и маслом вная молочная м е изделие (печенье) ка завтрак енинградский варные оусом нный и лимоном за обед	аменование блюда Вес норции порции Веслки Белки Ная молочная 200 5,7 Ная молочная 200 7,5 м 200 0,3 м 200 1,6 е изделие (печенье) 25 1,8 эко) 100 0,4 эко (помидор) нарезка 60 0,66 варные (помидор) нарезка 150 2,05 варные (помидор) нарезка 50 3,8 ный эко (помидор) нарезка 50 3,25 м и лимоном 50 3,25 м и лимоном 200 0,1 эа обед 32,6	аменование блюда Вес норции Веслки Белки норции Белки Белки 40 5,7 Белки 200 7,5 Ная молочная 200 0,3 м 200 1,6 е изделие (печенье) 25 1,8 эко) 100 0,4 А ЗАВТРАК 585 17,3 Бые (помидор) нарезка 60 0,66 варные 150 2,05 варные 50 3,8 (50 3,25 м и лимоном 200 0,1 Эза обед 865 32,6	аменование блюда Вес порции Белки Жиры варом и маслом 40 5,7 10,4 нная молючная 200 7,5 7,4 м 200 1,6 0,3 е изделие (печенье) 25 1,8 2,45 эке (помилор) нарезка 60 0,66 0,06 вые (помилор) нарезка 585 17,3 21,05 варные 150 5,64 0,67 варные 105 17,1 13,1 оусом 105 17,1 13,1 ныйй 50 3,25 0,6 30 АОБЕЛІ 200 0,1 2,9 30 АОБЕЛІ 865 32,6 22,98	выром и маслюм 40 5,7 10,4 8 Эни выром и маслюм 40 5,7 10,4 8 Эни выром и маслюм 200 7,5 7,4 35,7 Ная м 200 7,5 7,4 35,7 10,4 8 выром и маслюм 200 0,3 0,1 9,5 10,5 1,6 0,3 8,1 10,5 10,5 18,6 18,7 18,6 18,7 18,6 18,2	выром и маслюма дения Вес иная молючная Наменование блюда Весики Жиры Углеводы Энергегическая исиность выром и маслюм 40 5,7 10,4 8 148,1 нная молючная 200 7,5 7,4 35,7 239,6 м 200 0,3 0,1 9,5 40 е изделие (печенье) 25 1,8 2,45 18,6 104,3 ко 100 0,4 0,4 9,8 47 кые (помилор) нарезка 60 0,66 0,06 2,1 12 варные (помилор) нарезка 250 2,05 5,25 16,25 121,3 варные (помилор) нарезка 50 3,8 0,67 29,04 145 варные (помилор) нарезка 50 3,8 0,67 29,04 145 варные (помилор) нарезка 50 3,8 0,67 29,04 145 варные (помилор) нарезка 105 17,1 13,1 4,1 203,3

				ОБЕД							ЗАВТРАК		ДЕНЬ 7	пищи	П
итого за объд	Компот из свежих овощей	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Картофельное пюре	Голубцы ленивые	Борщ с капустой и картофелем (с мясом)	Овощи соленые (огурец) нарезка	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Кисломолочный продукт (кефир 2,5%)	Кондитерское изделие (печенье)	Рагу из птицы	Наименование блюда	
890	200	50	50 '	180	100	250	60	500	40	40	200	20	200	порции	Ran
24,95	0,5	3,25	3,8	3,78	8,5	4,64	0,48	34,5	3,2	3	5,8	1,5	21	Белки	П
25,91	0,2	0,6	0,4	7,92	8,3	8,43	0,06	26,9	0,6	0,3	5	2	19	Жиры	Пищевые вещества
99,57	23,1	16,7	24,6	19,62	4	10,53	1,02	74,5	16	19,7	8	14,9	15,9	Углеводы	ества
737,56	96	87	117,5	165,6	125	138,66	7,8	679	82,2	93,6	100,9	83	319,3	ценность	Энептепинеская
	507	109	108	429	372	128	107	*	574	573	470	582	376	рецептуры	Howen
	5,06	3,98	2,94	21,99	47,53	20,45	8,05		1,18	1,35	8,0	7,0	32,47	Стоимость	

					ОБЕД							3ABTPAK			день 8	пищи	1
ИТОГО ЗА ОБЕД	Кондитерское изделие (пряники)	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из плодов или ягод сушеных	Каша гречневая рассыпчатая	Котлета из говядины (биточки)	Рассольник "Ленинградский"	Икра кабачковая	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Фрукты (яблоко)	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Чай с молоком	Картофельное тюре	Голубцы ленивые	Наименование блюда	
810	30	30	30	200	150	110	200	60	570	100	20	30	180	150	90	порции	Doo
31,83	1,77	1,96	2,3	0,3	8,5	14,56	1,48	0,96	19,3	0,4	1,6	2,3	1,4	4,1	9,5	Белки	Ш
32,73	1,4	0,36	0,24	0	7,8	15,1	4,05	3,78	19,4	0,4	0,3	0,2	1,2	6	11,3	Жиры	Пищевые вещества
126,4	22,56	10,02	14,7	20,1	37	13,52	4,06	4,44	55,0	9,8	8,1	14,8	10,4	8,7	3,2	Углеводы	ества
957,06	109,8	52,2	70,5	81	253	248,48	87,6	54,48	474,4	47	41,4	70,4	57,6	105	153	ценность	Бемленителиен
	589	109	108	512	237	381	133	б/н		112	574	573	460	377	333	рецептуры	Homen
	10,0	2,38	1,76	6,05	13,2	58,39	11,02	7,2		5,0	1,59	1,76	8,0	10,65	23,0	Стоимость	

		132,34	
-	2,45		
1,98	0,36	0,36 10,02	
3,8	0,4	0,4 24,6	
0,5	0	0 27	
15,2	15,1	15,1 36	
2,3	4,25	4,25 15,1	
0,5	0,06	0,06 1,02	
24,9	7,9	7,9	
1,6	0,3	0,3 8,1	
3,0	0,3	0,3 19,6	
2,8	2,5	2,5 13,6	
3,4	3,1	3,1 33,7	1
14,1	1,7	1,7	
Белки	Жиры	Жиры Углеводы	ы
ШиЩ	евые вещес	евые вещества	Пищевые вещества

Наименование блюда

Пищевые вещества

Стоимость

				ОБЕД								ЗАВТРАК			ДЕНЬ 10	Прием пищи
итого за обед	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из свежих фруктов	Кондитерские изделия (печенье)	Картофельное пюре	Тефтели из говядины с рисом	Борщ (с мясом)	Икра кабачковая	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Фрукты (яблоко)	Какао с молоком	Сыр полутвердый (порциями)	Запеканка картофельная с сердцем	
830	30	30	200	50	150	110	200	60	530	20	50	100	180	10	170	Вес порции
25,87	1,98	2,3	0,5	2,25	3,15	10,45	4,28	0,96	23,6	1,6	3,8	0,4	3	2,3	12,5	Белки
38,34	0,36	0,24	0,2	2,9	6,6	16,83	7,43	3,78	10,9	0,3	0,4	0,4	2,6	ω	4,2	Жиры
112,27	10,02	14,7	23,1	22,3	16,4	12,54	8,82	4,44	70,2	8,1	24,5	9,8	12,4	0	15,4	Углеводы
899,04	52,2	70,5	96,0	125,1	138,0	243,1	119,66	54,48	474,8	41,6	116,7	46,9	84,6	35,8	149,2	Энергетическая ценность
	109	108	507	590	429	390	128	6/н		574	573	112	462	75	354	Номер рецептуры
	2,38	1,76	5,06	17,27	17,88	44,0	14,45	7,2		1,59	1,94	6,0	7,36	5,54	27,57	