

Директор школы

УТВЕРЖДЕН
Эрендей А. В./

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда дети с 7 до 15 лет	Пищевые вещества (г)			К/К	Вит С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
07.11..2023г	Завтрак							
	Каша манная	220	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Сок натуральный	200	4,2	4,8	22,04	144	1,5	
	Панкейки	0,036						
	Обед							
	Рассольник	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,95	103М
	Гречка рассыпчатая	200	8,104	5,737	36,609	230,165		341К
	Говядины тушеная	120	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	260М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302	
08.11.2023г	Завтрак							
	Каша пшенная	250	6	10	37,3	262,5	0	173
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М
	Конфеты"Чио-Рио	0,045						
	Обед							
	Суп вермишелевый	250	2,593	2,414	107,6	107,6	14,95	102М
	Перловка отварная	225	6,758	5,14	43,083	245,834		309М
	Говядина тушеная	120	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	260М
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М	
09.11.2023г	Завтрак							
	Каша рисовая молочная с маслом	230	9,106	9,175	54,135	336,945	1,224	174М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Чай с сахаром	200			9,983	39,912	0,1	376М
	Кондитерские изд.	0,036						
	Обед							
	Суп тувинский	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,95	102М
	Горбуша запеченная	120	13,792	7,551	13,868	178,745		234М
	Макаронные изделия отварные	200	6,758	5,143	43,083	245,834		309М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Чай с сахаром	200			9,983	39,912	0,1	376М	
10.11..2023г	Завтрак							
	Каша манная	220	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9		
	Конфеты"Чио-Рио	0,045					0	302
	Обед							
	Суп крестьянский	250	14,13	9,38	21,22	183,54	12,78	98
	Плов	200	21,09	21,626	32,852	410,67	4,25	265М

	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5			
	Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302	
11.11.2023г.	Завтрак								
		Винегрет овощной	100	1,233	4,139	6,355	68,08	7,85	67M
		Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
		Фрукты Свежие	130	1,8	0,6	25,2	115,2	12	
		Снежок	200	5,8	6,4	8	118	1,4	389M
		Обед							
		Каша молочная "Дружба"	220	10,129	10,128	41,708	300,135	1,356	175M
		Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
		Манник	100	27,99	30,35	82,93	883,89	18,73	
		Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382M
13.11.2023г	Завтрак								
		Каша пшеничная	250	6	10	37,3	262,5	0	173
		Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
		Сырники с молоком сгущенным	180	28,408	19,525	23,038	387,13	0,85	219M
		Обед							
		Суп гороховый	225	7,34	5,263	17,352	146,648	10,57	102M
		Бигус	250	1,645	5,324	20,03	149,7	42,6	98
		Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
		Напиток витаминный с изюмом	200	0,456	0,152	20,106	89,09	80	473M



Директор школы **Эрендей А. В./**

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда дети с 7 до 15 лет	Пищевые вещества (г)			К/К	Вит С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
13.11..2023г	Завтрак							
	Каша пшеничная	200	6	10	37,3	262,5	0	173
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Сырники с молоком сгущенным	120	28,408	19,525	23,038	387,13	0,85	219M
	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349M
	Обед							
	Суп гороховый	300	7,34	5,263	17,352	146,648	10,57	102M
	Плов из говядины	250	21,09	21,626	32,852	410,67	4,25	265M
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Компот из сухофруктов	220	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349M
14.11..2023г	Завтрак							
	Каша манная	300	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,02	92	4	
	Пряник	20						
	Обед							
	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	220	1,823	4,65	9,047	86,07	17,59	82M
	Гречка рассыпчатая	230	8,104	5,737	36,609	230,165		341K
	Мясо куриные тушеные	120	16,942	1,175	145,564	0,079	65	290/3 30M
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
Чайс молоком	200	4,2	4,8	22,04	144	105		
15.11.2023г	Завтрак							
	Блины со сметанной	150	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Яйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	209
	Вафли	15						
	Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302
	Обед							
	Суп крестьянский	320	14,13	9,38	21,22	183,54	12,78	98
	Бигус	250	1,645	5,324	20,03	149,7	42,6	98
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302
6.11..2023г	Завтрак							
	Каша манная	300	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382M
	Печенье "Сэндвич"	20						
	Обед							
	Суп вермишелью	225	2,593	2,414	107,6	107,6	14,95	102M
	Перловка отварная	225	6,758	5,14	43,083	245,834		309M

1	Горбуша запеченная	120	13,792	7,551	13,868	178,745		234М
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М
17.11.2023г.	Завтрак							
	Каша рисовая молочная с маслом	250	9,106	9,175	54,135	336,945	1,224	174М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Чай с сахаром	200			9,983	39,912	0,1	376М
	Вафли	20						
	Обед							
	Рассольник	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,95	103М
	Макаронные изделия отварные	200	6,758	5,143	43,083	245,834		309М
	Говядина тушеная	120	14,504	14,883	3,738	207,23	4,6	260М
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Чай с сахаром	200			9,983	39,912	0,1	376М
18.11.2023г	Завтрак							
	Омлет с запеченным картофелем	200	14,02	24,597	21,101	362,21	23,392	213М
	Конфеты "Чио Рио"	15						
	Молоко питьевое	200	3,2	3,6	4,8	64		36М
	Пряник	20						
	Обед							
	Каша манная	250	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М
	Булочка	40	4,494	2,251	29,559	156,428	0,096	553М

УТВЕРЖДЕН
 Директор школы /Эрендей А. В./

Меню для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда дети с 11 до 15 лет	Пищевые вещества (г)			К/К	Вит С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
20.11.2023г	Завтрак							
	Каша пшеничная	250	6	10	37,3	262,5	0	173
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,02	92	4	
	Фрукты свежие по наличию "Яблоки"	150	0,5	0,5	16	33	15	
	Обед							
	Суп гороховый	225	7,34	5,263	17,352	146,648	10,57	102М
	Плов из говядины	200	21,09	21,626	32,852	410,67	4,25	265М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Напиток витаминный с изюмом	200	0,456	0,152	20,106	89,09	80	473М
21.20.2023г	Завтрак							
	Творог со сметаной	250	35,011	24,71	32,716	499,97	0,841	223М
	Яйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	209
	Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М
	Печенье "Сэндвич"	0,04						
	Обед							
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	2,415	7,869	10,801	125,04	33,044	88М
	Гречка рассыпчатая	220	8,104	5,737	36,609	230,165		341К
	Котлеты рубленные из мяса птицы	90	14,614	15,907	13,803	257,45	1,32	294М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М	
22.11..2023г	Завтрак							
	Винегрет Овощной	80	1,233	4,139	6,355	68,08	7,85	67М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Снежок	200	5,8	6,4	8	118	1,4	389М
	Вафли	0,055						
	Обед							
	Суп рисом с мясом птицы	225	7,34	5,263	17,352	146,48	10,57	102М
	Бигус	250	1,645	5,324	20,03	149,7	42,6	98
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302
	Завтрак							
	Каша манная	220	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	

23.11..2023г	Фруктовый салат	100	0,4	0,4	19,6	10		к/к
	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М
	Пряник	0,04						
	Обед							
	Суп тувинский	250	2,593	2,414	18,788	107,6	14,95	102М
	Котлета рыбная (Горбуша)	90	13,792	7,551	13,868	178,745	20,017	234М
	Макаронные изделия отварные	200	6,758	5,143	43,083	245,834		309М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М
24.11..2023г.	Завтрак							
	Запеканка творожная	200	35,011	24,71	32,716	499,97	0,841	223М
	Печенье"Сэндвич"	0,004						
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,02	92	4	
	Обед							
	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	1,823	4,65	9,047	86,07	17,59	82М
	Плов из говядины	200	21,09	21,626	32,852	410,67	4,25	265М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Чай с сахаром	200			9,983	39,912	0,1	376М
25.11..2023г.	Завтрак							
	Свекольный салат	250	3,71	4,88	22,04	144	1,5	
	Хлеб с маслом	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М
	Конфеты"Чио-Рио"	0,04						
	Обед							
	Каша манная	200	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М
Манник	100	27,99	30,35	82,93	883,89	18,73		

Директор школы

УТВЕРЖДЕН

/Эрендей А. В./

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда дети с 11 до 15 лет	Пищевые вещества (г)			К/К	Вит С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
27.11..2023г	Завтрак							
	Каша молочная	250	6	10	37,3	262,5	0	173
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Чай с молоком	200	4,2	4,8	22,04	144105		
	Фрукты (Мандарин)	100	0,8	0,2	7,5	38	38	
	Обед							
	Суп крестьянский	250	14,13	9,38	21,22	183,54	12,78	98
	Гречка рассыпчатая	220	8,104	5,737	36,609	230,165		341К
	Тушенная мясо птицы	90	14,614	15,907	13,803	257,45	1,32	294М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Чай с молоком	200	4,2	4,8	22,04	144105			
28.11.2023г	Завтрак							
	Блины со сметанной	150	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Яйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	209
	Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302
	Пряник	0,04						
	Обед							
	Суп овощной с курицей	300	3,442	3,877	9,419	86,926	10,1	145К
	Макаронные изделия отварные	200	6,758	5,143	43,083	245,834		309М
	Гуляш мясо птицы	100	14,614	15,907	13,803	257,45	1,32	294М
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Кисель	200	3,78	6,7	31,1	128,9	0	302	
29.11..2023г	Завтрак							
	Каша манная	220	14	12,5	67,1	438,6	0	349
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,02	92	4	
	Печенье "Сэндвич"	0,004						
	Обед							
	Суп с домашний	230	2,593	2,414	18,788	14,95		103М
	Жаркое по домашнему	190	15,45	16,93	1,12	200		243
	Хлеб	30	1,65	0,3	8,35	43,5		
	Напиток витаминный с изюмом	200	0,456	0,152	20,106	89,09	80	473М
	Завтрак							
	Каша пшеничная	250	6	10	37,3	262,5	0	173
	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	

30.11..2023г

Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М
Конфеты (Чио-Рио)	0,04						
Обед							
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	1,823	4,65	9,047	86,07	17,59	82М
Рис отварной	200	4,466	5,705	46,711	256,053		305М
Горбуша запеченная	120	13,792	7,551	13,868	178,745		234М
Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	15,13	65,35	0,8	349М
Завтрак							
Сырники с молоком сгущенным	120	28,408	19,525	23,038	387,13	0,85	219М
Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом	60	0,564	3,09	2,075	39,11	9,42	24М
Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М
Обед							
Суп гороховый	225	7,34	5,263	17,352	146,648	10,57	102М
Бигус	250	1,645	5,324	20,03	149,7	42,6	98
Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Какао с молоком	200	3,88	3,1	10,198	85,51	0,6	382М
Завтрак							
Винегрет овощной	80	1,233	4,139	6,355	68,08	7,85	67М
Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Фрукты (Банан)	1235	1,8	0,6	25,2	115,2	12	
Снежок	200	5,8	6,4	8	118	1,4	389М
Обед							
Каша рисовая молочная с маслом	230	9,106	9,175	54,135	336,945	1,224	174М
Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,6	
Напиток витаминный с изюмом	200	0,456	0,152	20,106	89,09	80	473М
Булочка	35	3,998	2,148	25,669	137,962	0,084	434М

01.12..2023г.

02.12..2023г.