

Утверждаю:

И.о. директора школы:



Р.А.Темукеева

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

**на 10 дней для организации питания детей с ОВЗ в
возрастных группах с 7 - 17 лет в общеобразовательных
учреждениях Черекского района
(осенне - зимний период)**

	Итого		22,53	25,56	108,42	753,84

3 ДЕНЬ (среда)						
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,81	8,26	6,74	112,54
323	Котлеты рубленые из птицы	90	13,89	12,75	14,17	226,99
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29
179	Каша перловая рассыпчатая с соусом	150	3,41	5	25,2	159,44
42	Салат из моркови с маслом	60	0,74	4,7	6,96	73,1
	Итого		24,79	31,38	110,38	823,1
4 ДЕНЬ (четверг)						
111	Суп с макаронными изделиями	200	1,9	4,06	10,39	85,7
246	Гуляш из отварной говядины	90	13,36	14,08	3,27	193,24
21	Салат из белокочанной капусты с маслом	60	0,88	3,04	5,41	52,52
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29
179	Каша гречневая рассыпчатая с соусом	150	6,24	6,16	29,85	199,8
	Итого		26,16	27,85	93,35	728,69
5 ДЕНЬ (пятница)						
87	Суп картофельный с фасолью со сметаной	200	4,09	4,27	12,91	106,43
290	Птица тушеная в соусе сметанном	90	12,07	9,85	2,6	147,33
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60

	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
303	Каша пшенная вязкая	150	4	4,24	23,55	148,36	
52	Салат из свеклы отварной с маслом	60	0,85	3,65	5,01	56,29	
	Итого		24,79	22,52	88,5	655,84	
6 ДЕНЬ (понедельник)							
82	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,68	4,09	13,27	96,61	
244	Плов из отварной говядины	150	12,07	9,85	2,6	147,33	
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
66	Салат из моркови с изюмом	60	0,88	4,7	8,6	80,22	
	Итого		18,41	19,15	68,9	521,59	
7 ДЕНЬ (вторник)							
104	Суп картофельный с крупой со сметаной	200	1,75	2,22	12,31	76,22	
21	Салат из белокочанной капусты с маслом	60	0,88	3,04	5,41	52,52	
259	Жаркое по- домашнему	180	16,2	18,09	16,38	293,13	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Итого		22,77	24,02	91,41	672,9	
8 ДЕНЬ (среда)							
88	Суп картофельный с вермишелью со сметаной	200	2,15	2,27	13,71	83,87	
319	Птица тушеная в соусе с овощами	220	11,78	7,8	19,97	197,2	

