

Приложение №11
к приказу № 151 от 02.09.2024 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ "СОШ №1" с.п. Малка
/Э. Х. Ципинова/



МКОУ "СОШ
№1" с.п.Малка

Меню для детей с ОВЗ на 01.09.2024 год

Первый день										
		масса гр.		Выход гр	пищевые вещества			энергетич ценность (кал)	цена руб	Сумма
		брутто	нетто		б	ж	у			
ЗАВТРАК										
	Омлет			100						
	Яйцо	2						12	24,00	
	Молоко	50						90	4,50	
	Сливочное масло	3						480	1,44	
	Соль	2						25	0,05	
	чай с сахаром			200						
	чай	2						900	1,80	
	сахар	15						85	1,28	
	Хлеб пшеничный	50		50				60	3,00	
	ИТОГО								36,07	
ОБЕД										
	Овощи свежие с растительным маслом			60						
	капуста	70						50	3,50	
	морковь	10						45	0,45	
	масло растительное	5						150	0,75	
	соль	1						25	0,03	
	лук репчатый	3						30	0,09	
	Суп гороховый			250						
	горох	20						47	0,94	
	картофель	60						45	2,70	
	лук репчатый	5						30	0,15	
	морковь	5						45	0,23	
	сметана	5						400	2,00	
	масло растительное	2						150	0,30	
	соль	2						25	0,05	
	Плов с мясом индейки			250						
	мясо индейки	120						400	48,00	
	лук репчатый	6						30	0,18	
	рис	50						120	6,00	

масло растительное	7							150	1,05
морковь	10							45	0,45
соль	2							25	0,05
Компот из яблок			180						
яблоко	20							100	2,00
сахар	15							85	1,28
Хлеб	110		110					60	6,60

ИТОГО									76,79
--------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--------------

Второй день

	ЗАВТРАК								
	Каша рисовая на молоке с маслом			200					
	рис	30							120
	молоко	120							90
	сахар	5							85
	масло сливочное	3							480
	чай с сахаром			200					
	чай	2							900
	сахар	15							85
	Хлеб	50							60
	ИТОГО								
	ОБЕД								
	Тертая морковь с сахаром			60					
	морковь	75							45
	сахар	2							85
	масло растительное	5							150
	Борщ со сметаной			250					
	картофель	50							45
	свекла	50							35
	капуста	50							50
	морковь	12							45
	лук	5							30
	томат	5							230
	масло растительное	2							150
	сметана	10							400
	соль	2							25
	Котлета мясная			100					
	мясо	120							550
	масло растительное	5							150
	соль	2							25
	яйцо	0,1							12
	хлеб	13							60
	молоко	10							90
	лук	10							30
	Гречка отварная			150					

	гречка	35						130
	масло сливочное	3						480
	соль	1						25
	Чай с лимоном			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	лимон	10						235
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
	Третий день							
	ЗАВТРАК							
	Каша гречневая молочная			200				
	молоко	150		150				90
	сливочное масло	2		2				480
	сахар	3		3				85
	гречневая крупа	20		20				130
	соль	1		1				20
	чай с сахаром			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	Хлеб	50		50				60
	ИТОГО							
	ОБЕД							
	Суп с перловой крупой			250				
	картофель	60						45
	морковь	5						45
	лук	5						30
	перловка	18						40
	масло растительное	2						150
	сметана	5						400
	соль	2						25
	Свекла отварная с растительным маслом			60				
	свекла	75						35
	масло растительное	5						150
	Тефтели			100				
	мясо говяжье	120						550
	рис	10						120
	соль	2						25
	лук	10						30
	яйцо	0,1						12
	Соус томатный			60				
	томат	3						230
	мука	6						38
	масло сливочное	5						480
	соль	2						25

	Макаронны отварные			150				
	макаронны	40						50
	масло сливочное	3						480
	соль	2						25
	Компот из яблок			180				
	яблоко	20						100
	сахар	15						85
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
	Четвертый день							
	ЗАВТРАК							
	Яйцо отварное			40				
	Яйцо	1						12
	Какао с молоком			200				
	Какао	2						900
	Молоко	150						90
	Сахар	20						85
	Хлеб с маслом							
	Хлеб	50		50				60
	масло сливочное	10						480
	ИТОГО							
	ОБЕД							
	Овощи свежие с растительным маслом			60				
	капуста	70						50
	морковь	10						45
	масло растительное	5						150
	соль	1						25
	лук репчатый	3						30
	Суп фасолевый			250				
	картофель	70						45
	морковь	5						45
	фасоль	16						270
	лук	5						30
	масло растительное	2						150
	соль	2						25
	сметана	5						400
	Котлета рыбная			100				
	минтай	130						240
	лук	10						30
	соль	2						25
	масло сливочное	2						480
	молоко	12						90
	яйцо	0,1						12
	хлеб	13						60
	Рис припущенный			150				

	рис	40							120
	масло сливочное	4							480
	соль	2							25
	Чай с сахаром			200					
	чай	2							900
	сахар	15							85
	Хлеб	110		110					60
	ИТОГО								
	Пятый день								
	ЗАВТРАК								
	Каша манная на молоке с маслом			200					
	манная крупа	30							45
	молоко	120							90
	сахар	5							85
	масло сливочное	3							480
	чай с сахаром			200					
	чай	2							900
	сахар	15							85
	Хлеб	50		50					60
	ИТОГО								
	ОБЕД								
	Тертая морковь с сахаром			60					
	морковь	75							45
	сахар	2							85
	масло растительное	5							150
	Суп картофельный с макаронными изделиями			250					
	картофель	70							45
	вермишель	16							50
	морковь	5							45
	лук	5							30
	масло растительное	2							150
	сметана	5							400
	томат	2							230
	соль	2							25
	Куры отварные			100					
	мясо куриное	140							230
	соль	2							25
	Соус сметанный			60					
	сметана	20							400
	мука	6							38
	масло сливочное	5							480
	соль	2							25

	Пшенка отварная			150				
	пшено	35						70
	масло сливочное	5						480
	соль	1						25
	Какао с молоком			200				
	какао	2						900
	молоко	100						90
	сахар	20						85
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
шестой день								
	ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиями			250				
	Макароны	16						50
	Молоко	150						90
	сахар	3						85
	масло сливочное	3						480
	Хлеб			50				
	Хлеб	50						60
	ИТОГО							
	ОБЕД							
	Овощи свежие с растительным маслом			60				
	капуста	70						50
	морковь	10						45
	масло растительное	5						150
	соль	1						25
	лук репчатый	3						30
	Суп гороховый			250				
	горох	20						47
	картофель	60						45
	лук репчатый	5						30
	морковь	5						45
	сметана	5						400
	масло растительное	5						150
	соль	2						25
	Мясо индейки отварное в сметанном соусе			100/60				
	мясо индейки	130						400
	лук репчатый	8						30
	сметана	20						400
	соль	4						25
	масло сливочное	5						480
	мука	5						38
	Макароны отварные			150				
	макароны	40						50

	масло сливочное	3						480
	соль	2						25
	Компот из яблок			180				
	яблоко	20						100
	сахар	15						85
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
седьмой день								
	ЗАВТРАК							
	Омлет			100				
	Яйцо	2						12
	Молоко	50						90
	Сливочное масло	3						480
	Соль	2						25
	чай с сахаром			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	Хлеб пшеничный	50		50				60
	ИТОГО							
	ОБЕД							
	Тертая морковь с сахаром			60				
	морковь	75						45
	сахар	2						85
	масло растительное	5						150
	Борщ со сметаной			250				
	картофель	50						45
	свекла	50						35
	капуста	50						50
	морковь	12						45
	лук	5						30
	томат	5						230
	масло растительное	2						150
	сметана	10						400
	соль	2						25
	Тефтели			100				
	мясо гов	120						550
	рис	10						120
	соль	2						25
	лук	10						30
	яйцо	0,1						12
	Соус томатный			60				
	томат	3						230
	мука	6						38
	масло сливочное	5						480
	соль	2						25
	Гречка отварная			150				

	гречка	35						130
	масло сливочное	3						480
	соль	1						25
	Чай с лимоном			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	лимон	10						235
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
	восьмой день							
	ЗАВТРАК							
	Каша рисовая на молоке с маслом			200				
	рис	30						120
	молоко	120						90
	сахар	5						85
	масло сливочное	3						480
	чай с сахаром			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	Хлеб	50		50				60
	ИТОГО							
	ОБЕД							
	Суп крестьянский с пшенной крупой			250				
	картофель	60						45
	пшено	18						70
	морковь	5						45
	лук	5						30
	масло растительное	2						150
	сметана	5						400
	соль	2						25
	Свекла отварная с растительным маслом			60				
	свекла	75						35
	масло растительное	5						150
	Куры отварные			100				
	мясо куриное	140						230
	соль	2						25
	Соус сметанный			60				
	сметана	20						400
	мука	6						38
	масло сливочное	5						480
	соль	2						25
	Картофельное пюре			150				
	картофель	180						45
	масло сливочное	5						480

	молоко	20						90
	соль	2						25
	Компот из яблок			180				
	яблоко	20						100
	сахар	15						85
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
	девятый день							
	ЗАВТРАК							
	Каша гречневая молочная			200				
	молоко	150		150				90
	сливочное масло	2		2				480
	сахар	3		3				85
	гречневая крупа	20		20				130
	соль	1		1				25
	чай с сахаром			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	Хлеб	50						60
	ИТОГО							
	ОБЕД							
	Салат витаминный			60				
	капуста	70						50
	морковь	10						45
	сахар	1						85
	масло растительное	4						150
	лук репчатый	5						30
	Суп фасолевый			250				
	картофель	70						45
	морковь	5						45
	фасоль	16						270
	лук	5						30
	масло растительное	2						150
	соль	2						25
	сметана	5						400
	Котлета рыбная			100				
	минтай	130						240
	лук	10						30
	масло сливочное	2						480
	соль	2						25
	яйцо	0,1						12
	молоко	12						90
	хлеб	13						60
	Рис припущенный			150				
	рис	40						120

	масло сливочное	4						480
	соль	2						25
	Чай с сахаром			200				
	чай	2						900
	сахар	15						85
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							
	десятый день							
	ЗАВТРАК							
	Яйцо отварное			40				
	Яйцо	1						12
	Какао с молоком			200				
	Какао	2						900
	Молоко	150						90
	Сахар	20						85
	Хлеб с маслом			60				
	Хлеб	50						60
	масло сливочное	10						480
	ИТОГО							
	Десятый день							
	ОБЕД							
	Тертая морковь с сахаром			60				
	морковь	75						45
	сахар	2						85
	масло растительное	5						150
	Суп с перловой крупой			250				
	картофель	60						45
	морковь	5						45
	лук	5						30
	перловка	18						40
	масло растительное	2						150
	сметана	5						400
	соль	2						25
	Жаркое по домашнему			250				
	мясо	100						550
	лук	10						30
	сметана	10						400
	масло сливочное	3						480
	картофель	180						45
	морковь	5						45
	томат	3						230
	соль	2						25
	Компот из яблок			180				
	яблоко	20						100
	сахар	15						85
	Хлеб	110		110				60
	ИТОГО							

Итого

