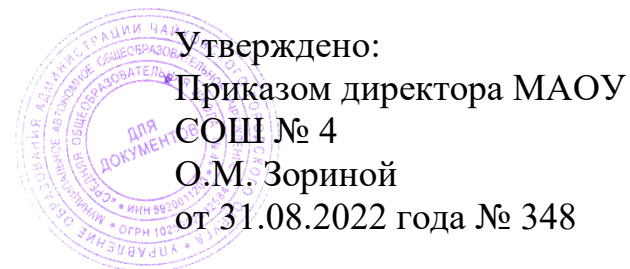


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 4



ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся ОВЗ 7-11 лет
в осенне-зимний период

Чайковский 2022г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОВЗ 7-11 ЛЕТ

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность
<i>День 1</i>					
1 завтрак	гор.блюдо	260/2013	Каша молочная ячневая с маслом	155	125,60
	напиток	457/2021	Чай с сахаром, молоком	200	64,80
	хлеб	63/2021	Бутерброд с сыром	50	85,30
2 завтрак	гор.блюдо	372	Биточки куриные с маслом	65	199,6
	гор.блюдо	256	Макаронные изделия отварные	150	197,5
	напиток	459	Чай с сахаром, лимоном	205	98,1
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	42,3
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	48,6
ИТОГ:				905	586,10
<i>День 2</i>					
1 завтрак	гор.блюдо	317/2013	Пудинг из творога с молоком сгущенным	105	196,50
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	60,50
2 завтрак	гор.блюдо	353	Котлета мясная с маслом	55	246,4
	гор.блюдо	377	Пюре картофельное с помидором	170	261,7
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	60,50
	фрукт	82	Фрукт	200	90
	хлеб	574	Хлеб ржаной	45	42,3
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	48,6
ИТОГ:				1015	1006,50
<i>День 3</i>					
1 завтрак	гор.блюдо	260/2013	Каша молочная "Геркулес" с маслом	155	169,20
	напиток	459/2021	Чай с сахаром, лимоном	205	68,20

		63/2021	Батон с сыром	50	85,30
2 завтрак	гор.блюдо	327	Гуляш из говядины	85	245,8
	гор.блюдо	385	Рис отварной с кукурузой	170	139,5
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	112,8
	хлеб	574	Хлеб ржаной	25	44,1
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	20	48,8
ИТОГ:				910	913,70
<i>День 4</i>					
1 завтрак	гор.блюдо	260/2013	Каша молочная "Дружба" с маслом	155	146,40
	напиток	426/2021	Чай с сахаром	200	60,50
	выпечка	541/2021	Булочка с маслом	55	93,20
2 завтрак	гор.блюдо	412 (2013 г)	Жаркое по-домашнему с филе куриным, огурцом	220	343,6
	фрукт	82	Фрукт	200	90
	напиток	457	Чай с сахаром	200	60,5
	хлеб		Хлеб ржаной	15	42
	хлеб	574	Хлеб пшеничный	15	47
ИТОГ:				1060	883,20
<i>День 5</i>					
1 завтрак	выпечка	550/2021	Манник с повидлом	130	198,70
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	73,60
2 завтрак	гор.блюдо	345	Рулет мясной с яйцом, маслом	65	249,7
	гор.блюдо	206	Каша пшеничная с сыром	160	146,3
	напиток	501	Сок	200	96,1
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	42,3
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	35	48,6
ИТОГ:				830	855,30
<i>День 6</i>					
1 завтрак	гор.блюдо	268/2021	Омлет с маслом	105	125,30
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90
	хлеб	63/2021	Батон с сыром	50	89,90

2 завтрак	гор.блюдо	347	Котлета "Школьная" с маслом	55	201,5
	гор.блюдо	256	Макаронные изделия отварные	170	283,7
	напиток	501	Сок	200	96,1
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	44,1
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	45	48,8
ИТОГ:				865	966,30
День 7					
1 завтрак	гор.блюдо	223/2021	Каша молочная пшеничная с маслом	204	108,40
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90
	хлеб	63/2021	Батон с сыром	50	89,90
2 завтрак	гор.блюдо	307/2021	Котлета рыбная (минтай) с маслом	65	202,60
	гор.блюдо	377/2021	Пюре картофельное	150	194,00
	напиток	495/2021	Компот из с/фр с вит "С"	200	54,80
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	44,1
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	45	48,8
ИТОГ:				954	819,50
День 8					
1 завтрак	гор.блюдо	526/2021	Оладьи с повидлом	130	145,30
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90
2 завтрак	гор.блюдо	356/2021	Печень по-строгановски	80	296,50
	гор.блюдо	206/2021	Каша пшеничная рассыпчатая	150	146,20
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90
	хлеб	573/2021	Хлеб ржаной	20	42,30
	хлеб	утв.	Горячий бутерброд	50	48,60
ИТОГ:				830	832,70
День 9					
1 завтрак	выпечка	550/2021	Манник с молоком сгущенным	130	136,50
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90

	гор.блюдо	330/2021	Плов из свинины с огурцом	220	405,90
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	44,1
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	48,8
ИТОГ:				830	789,10
День 10					
1 завтрак	гор.блюдо	229/2021	Каша молочная рисовая с маслом	184	115,70
	напиток	457/2021	Чай с сахаром, лимоном	205	64,80
	хлеб	69/2021	Батон с маслом	45	99,30
2 завтрак	гор.блюдо	279/2021	Запеканка творожная с молоком сгущенным	115	421,30
	напиток	457/2021	Чай с сахаром	200	76,90
	хлеб	541/2021	Булочка сдобная	50	43,20
	фрукт	пром.	Фрукт	200	90,00
ИТОГ:				954	911,20

*В рационе питания при приготовлении блюд используется соль пищевая поваренная йодированная.

Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений. Пермь 2021 г.