

Утверждаю:  
Банникова Е.В.



Согласовано:  
Попов И.В.



**МЕНЮ**  
**для ОВЗ «Средней школы»**  
**на «20 января 2025 год»**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 22</b>								
<b>День 6</b>								
<b>Обед</b>	Рис отварной	0,150	17,27	4	0,8	31,66	281,15	304
	Фрикадельки в соусе из мяса птицы и говядины	0,60/50	39,54	14,72	20,17	14,36	297,5	280
	Сок фруктовый или овощной	0,180	9,00	1	0,2	20,2	92	57
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	4,92	0,84	25,16	117	пр
<b>Итого за обед</b>			<b>69,17</b>	<b>47,31</b>	<b>17,78</b>	<b>106,09</b>	<b>793,12</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка «Ванильная»	0,070	9,23	3,3	3,5	25,6	100,5	пр
	Чай с сахаром	0,200	3,42	0,2	0	14	28	376
			<b>12,65</b>	<b>3,5</b>	<b>3,5</b>	<b>39,6</b>	<b>128,50</b>	
			<b>81,82</b>					

Технолог

Повар

Утверждаю:  
Банникова Е.В.



Согласовано:  
Попова И.В.



**МЕНЮ**  
для ОБЗ «Средней школы»  
на «21 января 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 22</b> <b>День 7</b>								
Обед	Салат из белокочанной капусты с яблоком	0,050	7,85	1,3	5	13,6	105	46
	Жаркое по – домашнему из мяса кур	0,130	57,36	39,57	10,74	45,93	380,93	259
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	0,150	5,72	1,2	0	26,1	104,6	247
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	4,92	0,84	25,16	117	Пр
<b>Итого за обед</b>			<b>74,29</b>	<b>35,04</b>	<b>10,31</b>	<b>82,91</b>	<b>455,88</b>	
Полдник	Сдоба обыкновенная	0,050	4,96	3,3	3,5	25,6	100,5	пр
	Чай с сахаром	0,150	2,57	0,2	0	14	28	376
			<b>7,53</b>	<b>3,5</b>	<b>3,5</b>	<b>39,6</b>	<b>128,50</b>	
			<b>81,82</b>					

Технолог

Повар

Утверждаю:  
Банникова Е.В.



Согласовано:  
Попова И.В.



**МЕНЮ**  
для ОВЗ «Средней школы»  
на «22 января 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 22</b>								
<b>День 8</b>								
<b>Обед:</b>	Салат из моркови с изюмом	0,050	10,76	2,9	0,1	18	96	10
	Каша гречневая	0,100	11,95	5,76	0,21	35,35	182,88	171
	Рыба тушеная с овощами (филе горбуши)	0,040	44,52	15,1	4,9	10,2	145	511
	Компот из свежих плодов	0,100	6,37	0,2	0,2	22,3	110	376
	Хлеб пшеничный	0,020	1,68	4,92	0,84	25,16	117	пр
<b>Итого за обед</b>			<b>75,28</b>	<b>35,04</b>	<b>10,31</b>	<b>82,91</b>	<b>455,88</b>	
<b>Полдник</b>	Сдоба обыкновенная	0,040	3,97	3,3	3,5	25,6	100,5	281
	Чай с сахаром	0,150	2,57	0,2	0	14	28	376
			<b>6,54</b>	<b>3,5</b>	<b>3,5</b>	<b>39,6</b>	<b>128,50</b>	
			<b>81,82</b>					

Технолог

Повар

Утверждаю  
Банникова Е.В.



Согласовано  
Июнова И.В.



**МЕНЮ**  
для ОБЗ «Средней школы»  
на «23 января 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 22</b>								
<b>День 9</b>								
<b>Обед</b>	Макаронные изделия отварные	0,150	16,11	6,62	5,42	31,73	202,14	688
	Котлеты рубленые из кур	0,090	37,87	16,8	16,96	15,68	197,6	668
	Соус красный основной	0,030	2,05	0,23	0,72	1,82	36,93	243
	Компот из смеси сухофруктов	0,200	10,27	1,16	0,3	47,26	87,6	203
<b>Итого за обед</b>	Хлеб пшеничный в/с	0,040	3,36	4,92	0,84	25,16	117	пр
			<b>69,66</b>	<b>42,26</b>	<b>26,7</b>	<b>135,87</b>	<b>756,11</b>	
<b>Полдник</b>	Сдоба обыкновенная	0,060	6,34	4,1	3,07	31	160,71	288
	Чай с сахаром и лимоном	0,200	5,82	0,2	0	14	28	376
			<b>12,16</b>	<b>3,5</b>	<b>3,5</b>	<b>39,6</b>	<b>128,50</b>	
			<b>81,82</b>					

Технолог

Повар

Утверждаю:  
Банникова Е.В.



Согласовано:  
Попова И.В.



**МЕНЮ**  
**Для ОВЗ «Средней школы»**

на «24 января 2025 год»

Прием нищи	Наименован ия блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецепту ры
				Белки	Жиры	Углево ды		
<b>Неделя 22</b> <b>День 10</b>								
<b>Обед:</b>	Салат из белокочанной капусты	0,050	5,66	2,01	10	11,11	109,25	43
	Плов из птицы	0,100	61,85	23,5	25,6	2,3	335	291
	Чай с сахаром	0,200	3,42	0,2	0	14	28	376
<b>Итого за обед</b>	Хлеб пшеничный в/с	0,040	3,36	4,92	0,84	25,16	117	пр
			<b>74,29</b>	<b>30,24</b>	<b>32,64</b>	<b>50,36</b>	<b>558,30</b>	
<b>Полдник</b>	Сдоба обыкновенная	0,050	4,96	3,3	3,5	25,6	100,5	пр
	Чай с сахаром	0,150	2,57	0,2	0	14	28	376
			<b>7,53</b>	<b>3,5</b>	<b>3,5</b>	<b>39,6</b>	<b>128,50</b>	
			<b>81,82</b>					

Технолог

Повар