

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОБЕД)
для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов(7-11лет) детей с ОВЗ и детей-инвалидов
получающих начальное общее образование

наименование блюд	масса порции	Цена	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ Рецептуры
			б	ж	у		
<i>1-я неделя</i>							
<i>ПОНЕДЕЛЬНИК</i>							
<i>ОБЕД</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем	150	9,44	1,45	5,13	10,40	93,57	№ 145 2008г
Печень по - строгоновски	90	18,00	10,43	9,25	5,90	148,57	№ 261 2004г
Макароны отварные	150	15,56	6,62	7,37	32,83	224,13	№ 299/519 2008г
Икра свекольная	60	4,00	2,24	1,10	6,10	43,26	№ 110 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Компот из свежих фруктов	180	8,80	0,20	0,20	9,90	42,20	№ 639 2008г
Итого за обед:	760	60,00	26,64	23,79	97,82	711,95	
<i>ВТОРНИК</i>							
<i>ОБЕД</i>							
Суп картофельный с горохом	150	9,6	4,50	5,70	13,40	122,90	№ 162 2008г

Биточки рыбные с соусом	80	19,00	10,66	10,80	5,50	161,84	№ 364 2008г
Рис отварной	150	10,30	3,69	7,37	28,75	196,09	№ 215 2008г
Соленья в ассортименте	60	10,40	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Компот из смеси сухофруктов	180	6,50	0,60	0,02	15,80	65,78	№ 644 2008г
Итого за обед:	760	60,00	25,63	24,69	97,16	713,37	
СРЕДА							
ОБЕД							
Суп крестьянский с крупой	150	7,20	1,90	10,92	12,35	155,28	№ 138 2004г
Плов из птицы	160	33,00	17,28	14,12	27,20	305,00	№ 492 2004г
Соленья в ассортименте	60	10,40	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Кисель фруктовый	180	5,20	1,40	0,04	18,60	80,36	№ 645 2008г
Итого за обед:	710	60,00	26,76	25,88	91,86	707,40	
ЧЕТВЕРГ							
ОБЕД							
Суп картофельный с рисом	150	9,20	3,4	3,5	26,5	151,10	№ 160 2008г
Жаркое по-домашнему	150	30,60	14,8	20,32	19,9	321,68	№ 442 2008г
Салат из квашеной капусты	60	9,50	0,88	0,05	1,46	9,81	№ 62 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.

Компот из смеси сухофруктов	180	6,50	0,60	0,02	15,80	65,78	№ 644 2008г
Итого за обед:	710	60,00	25,38	24,63	96,35	708,59	
ПЯТНИЦА							
ОБЕД							
Рассольник домашний	150	7,90	2,63	5,31	6,17	82,99	№ 154 2008г
Гуляш из мяса курицы	80	20,90	8,56	15,42	18,47	246,90	№ 443 2008г
Каша гречневая рассыпчатая	150	15,01	6,48	5,78	25,62	180,42	№ 513 2008г
Икра свекольная	60	4,00	2,52	0,17	5,10	32,01	№ 27а 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Компот из свежих фруктов	180	8,80	0,20	0,20	9,90	42,20	№ 639 2008г
Итого за обед:	760	60,00	26,09	27,62	97,95	744,74	
2-я неделя							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ОБЕД							
Суп крестьянский с крупой	150	7,20	1,90	10,92	12,35	155,28	№ 138 2004г
Тефтели мясные с соусом	80	23,00	10,44	8,96	6,42	148,08	№ 462 2004г
Каша пшеничная	150	9,60	6,49	6,96	28,52	202,68	№ 243 2004г
Салат из квашеной капусты	60	9,50	0,88	0,05	1,46	9,81	№ 62 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Компот из смеси сухофруктов	180	6,50	0,60	0,02	15,80	65,78	№ 644 2008г

Итого за обед:	760	60,00	26,01	27,65	97,24	741,85	
ВТОРНИК							
ОБЕД							
Суп картофельный с рыбными консервами	150	6,80	8,17	5,97	11,35	131,81	№ 142 2004г
Рагу из птицы	150	30,77	11,98	20,53	39,68	391,41	№ 489 2004г
Свекла отварная	60	9,43	0,9	0,21	4,38	23,01	№ 51 2004г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Компот из свежих фруктов	180	8,80	0,20	0,20	9,90	42,20	№ 639 2008г
Итого за обед:	710	60,00	26,95	27,65	98	748,65	
СРЕДА							
ОБЕД							
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	7,20	2,70	4,63	17,40	122,07	№ 163 2008г
Котлета куриная	80	14,39	11,39	16,24	11,37	237,20	№ 268 2004г
Каша гречневая рассыпчатая	150	15,01	6,48	5,78	25,62	180,42	№ 513 2008г
Соленья в ассортименте	60	10,40	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Компот из свежих фруктов	180	8,80	0,20	0,20	9,90	42,20	№ 639 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за обед:	760	60,00	26,95	27,65	98	748,65	

ЧЕТВЕРГ

ОБЕД							
Борщ с капустой и картофелем	150	6,90	5,23	10,19	11,04	156,79	№ 133 2008г
Тефтели мясные с соусом	80	23,00	6,07	7,02	5,71	110,30	№ 263 2004г
Рис отварной	150	10,30	3,69	7,37	28,75	196,09	№ 215 2008г
Соленья в ассортименте	60	10,40	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Кисель фруктовый	180	5,20	1,40	0,04	18,60	80,36	№ 645 2008г
Итого за обед:	760	60,00	22,57	25,42	97,81	710,30	

ПЯТНИЦА							
ОБЕД							
Суп картофельный с горохом	150	9,60	4,50	5,70	13,40	122,90	№ 162 2008г
Плов из птицы	160	33,00	13,43	12,80	27,20	277,72	№ 492 2004г
Огурец соленый	60	6,70	0,72	5,82	4,62	73,74	технологическая карта табл.
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Компот из смеси сухофруктов	180	6,50	0,60	0,02	15,80	65,78	№ 644 2008г
Итого за обед:	700	60,00	24,95	25,08	93,71	700,36	

