

Меню с 20 декабря по 28 декабря 2021 г.

(для детей со статусом ОБЗ 12-18 лет)

Наименование блюд и продуктов	Химический состав					Цена
	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)	
1	2	3	4	5	6	7
<b>20.12.2021г</b>						
Каша вязкая из кукурузной крупы с маслом	200	7,63	11,09	50,77	334	12,35
Технологическая карта №174 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,57	118,6	8,79
Технологическая карта №382 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за завтрак		13,94	15,04	81,8	519,92	
<b>Обед</b>						
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	100	1,11	6,18	0,73	78,56	9,03
Технологическая карта №23 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	5,49	5,27	16,53	148,25	11,59
Технологическая карта №102 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Плов из говядины	200	21,99	22,52	34,69	429,3	64,36
Технологическая карта №265 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,7	114,8	10,74
Технологическая карта №348 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,30
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за обед		33,48	35,145	105,96	803,73	
Итого		47,42	50,185	187,76	1323,66	122,24
<b>21.12.2021 год</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	210	8,23	5,87	47,61	342	10,02
Технологическая карта №173 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						

Бутерброд с повидлом	55	2,4	3,87	27,83	156	7,28
Технологическая карта №2 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
какао с молоком	200	4,07	3,54	17,57	118,6	8,79
Технологическая карта №382 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за завтрак		16,94	13,69	106,47	683,92	
Обед						
салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,6	6,12
Технологическая карта №20 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
Борщ с капустой и картофелем на костном бульоне	250	1,8	4,92	10,93	103,75	12,26
Технологическая карта №82 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
макаронные изделия отварные	200	7,55	0,66	42,6	208,5	6,07
Технологическая карта №202 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
соус сметанный с томатом	25	0,44	1,25	1,755	20,025	2,40
Технологическая карта №331 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
Коплета (полуфабрикат)	75	6,8	20,4	5,1	231,2	21,17
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,30
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	2,79
Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
Груша	200	0,8	0,6	20,6	94	34,2
Яблоко	115	0,46	0,46	11,38	108,1	27,14
Всего за обед		22,78	35,465	136,025	1024,995	
Итого		39,72	49,155	242,495	1708,915	143,62
<b>22.12.2021 год</b>						
Завтрак						
каша вязкая молочная из риса с маслом	200	6	10,84	42,94	294	14,46
Технологическая карта №174 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	2,79

Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>Хлеб урожайный</b>	<b>34</b>	<b>2,24</b>	<b>0,41</b>	<b>13,46</b>	<b>67,32</b>	2,04
<b>бутерброд с повидлом</b>	55	2,4	3,87	27,83	156	7,28
Технологическая карта №2 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>Всего за завтрак</b>		<b>10,71</b>	<b>15,14</b>	<b>99,23</b>	<b>577,32</b>	
<b>Обед</b>						
<b>салат из белокачанной капусты с яблоками</b>	100	0,12	5,1	11,16	90,1	<b>5,39</b>
Технологическая карта №46 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>рассольник ленинградский на костном бульоне</b>	250	2,02	5,09	11,98	106,5	<b>8,75</b>
Технологическая карта №96 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>пюре картофельное</b>	200	4,09	6,41	27,28	183,18	5,62
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>курица, тушенная в соусе сметанном с томатом</b>	100	11,65	11,66	3,51	166	<b>28,33</b>
Технологическая карта №290 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с сахаром)</b>	200	3,66	2,6	25,09	138,4	<b>11,15</b>
Технологическая карта №383 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>Хлеб пшеничный в/с</b>	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,30
<b>Хлеб урожайный</b>	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
<b>Яблоко</b>	115	0,46	0,46	11,38	108,1	27,14
<b>Всего за обед</b>		<b>26,11</b>	<b>32,455</b>	<b>116,71</b>	<b>925,1</b>	
<b>Итого</b>		<b>36,82</b>	<b>47,595</b>	<b>215,94</b>	<b>1502,42</b>	<b>116,29</b>
<b>23.12.2021 год</b>						
<b>Завтрак</b>						
<b>суп молочный с макаронными изделиями</b>	200	4,38	3,8	13,36	120	<b>6,45</b>
Технологическая карта №120 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
<b>яйцо вареное</b>	40	5	4,6	0,28	62,8	<b>7,00</b>
<b>бутерброд с сыром российским</b>	50	3,52	8,3	14,83	157	<b>13,00</b>
Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						

в.а тутьельяна						
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2,94	1,99	20,92	113,4	10,29
Технологическая карта №380 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
Всего за завтрак		18,08	19,1	62,85	520,52	
Обед						
овощи натуральные свежие ( помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	22	10,03
суп с рыбными консервами	250	1,19	2,78	15,39	106	15,93
Технологическая карта №106 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
каша рассыпчатая гречневая	200	11,46	8,12	51,57	305,31	14,43
Технологическая карта №302 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
Тефтели (полуфабрикат)	50	7,8	12	2,58	149,4	17,40
Соус сметанный с томатом и луком	25	0,47	1,46	1,99	23,07	2,62
Технологическая карта №333 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	2,79
Технологическая карта №376 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,30
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Апельсин	234	21,06	0,585	25,272	125,19	26,21
Всего за обед		47,26	26,3	141,912	923,79	
Итого		65,34	45,4	204,762	1444,31	131,53
<b>24.12.2021 год</b>						
Завтрак						
каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	6	6,8	2,8	202	13,98
Технологическая карта №183 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136	7,51
Технологическая карта №1 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						
чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	4,13
Технологическая карта №378 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна 2017.г.						

Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за завтрак		12,12	16,05	47,05	486,32	
Обед						
салат витаминный	100	1,57	6,02	8,79	95,7	8,30
Технологическая карта №49 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	250	3,55	4,58	18,79	144,25	33,04
Технологическая карта №108 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
плов из птицы	200	16,94	11,66	35,73	305,33	25,13
Технологическая карта №291 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
какао с молоком	200	4,07	3,54	17,57	118,6	8,79
Технологическая карта №382 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,30
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Груша	200	0,8	0,6	20,6	94	34,2
Всего за обед		31,04	27,535	127,79	890,7	
Итого		43,16	43,585	174,84	1377,02	140,46
<b>25.12.2021 г</b>						
<b>завтрак</b>						
Суп молочный с крупой	200	2,97	3,57	6,14	120	6,66
Технологическая карта №121 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
бутерброды горячие с сыром	50	5,58	8,32	14,84	157	13,59
Технологическая карта №7 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
хлеб урожайный	60	3,96	1,2	23,76	118,8	3,60
какао с молоком сгущенным ( молоко цельное сгущенное сахаром)	200	3,66	2,6	25,09	138,4	11,15
Технологическая карта №383 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
всего за завтрак		16,17	15,69	69,83	534,2	
обед						
салат из моркови с яблоками и курагой	100	1,83	4,9	1,19	105,01	3,86

Технологическая карта №61 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>суп картофельный с мясными фрикадельками</b>	250	2,19	2,78	15,39	106	12,28
Технологическая карта №104сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>картофельное пюре</b>	200	4,09	6,41	27,28	183,18	5,62
Технологическая карта №312 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>гуляш из говядины</b>	100	14,55	16,79	2,89	221	45,18
Технологическая карта №260 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200	0,66	0,09	32,01	132,8	4,34
Технологическая карта №349 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>хлеб урожайный</b>	20	1,32	0,4	7,92	39,6	1,20
<b>хлеб пшеничный в/с</b>	20	1,47	0,66	10,28	52,4	1,04
<b>всего за обед</b>		<b>26,11</b>	<b>32,03</b>	<b>96,96</b>	<b>839,99</b>	
<b>всего за день</b>		<b>42,28</b>	<b>47,72</b>	<b>166,79</b>	<b>1374,19</b>	<b>108,52</b>
27.12.2021г						
<b>Завтрак</b>						
<b>каша жидкая молочная из манной крупы с маслом</b>	200	6,11	10,72	32,37	251	12,23
Технологическая карта №181 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>Бутерброд с сыром российским</b>	50	5,8	8,3	14,83	157	13,00
Технологическая карта №3 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>кофейный напиток с молоком</b>	200	2,94	2,67	15,94	100,6	7,69
Технологическая карта №379 сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>Хлеб урожайный</b>	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
<b>Итого за завтрак</b>		<b>17,09</b>	<b>22,1</b>	<b>76,6</b>	<b>575,92</b>	
<b>Обед</b>						
<b>салат из моркови с изюмом</b>	100	1,72	1,41	16,71	86,41	6,00

Технологическая карта №66 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>рассольник домашний на костном бульоне</b>	250	2,09	3,05	12,7	113	<b>10,38</b>
Технологическая карта №95 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>печень тушенная в соусе</b>	100	2,72	8,76	3,81	159	<b>23,72</b>
Технологическая карта №261 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>соус сметанный с луком</b>	50	0,81	2,93	3,52	37,05	<b>3,72</b>
Технологическая карта №332 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>пюре картофельное</b>	200	4,09	6,41	27,28	183,18	5,62
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>чай с лимоном</b>	200	0,13	0,02	15,2	62	<b>3,57</b>
Технологическая карта №377 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>Хлеб пшеничный в/с</b>	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,30
<b>Хлеб урожайный</b>	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
<b>Апельсин</b>	284	25,56	0,71	30,67	151,94	31,81
<b>Итого за обед</b>		<b>41,23</b>	<b>24,425</b>	<b>136,2</b>	<b>925,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>58,32</b>	<b>46,525</b>	<b>212,8</b>	<b>1501,32</b>	<b>123,12</b>
<b>28.12.2021 год</b>						
<b>Завтрак</b>						
<b>омлет натуральный</b>	200	21,56	38,4	4,08	448	<b>35,47</b>
Технологическая карта №210 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>бутерброд с маслом</b>	40	2,36	7,49	14,89	136	<b>7,50</b>
Технологическая карта №1 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>чай с молоком</b>	200	1,52	1,35	15,9	81	<b>4,13</b>
Технологическая карта №378 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
<b>Хлеб урожайный</b>	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
<b>Итого за завтрак</b>		<b>27,68</b>	<b>47,65</b>	<b>48,33</b>	<b>732,32</b>	
<b>Обед</b>						

салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,33	6,08	0,82	94,12	1,45
Технологическая карта №45 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	2,57	2,78	15,68	109	7,76
Технологическая карта №112 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Рагу из брелера - цыпленка	175	12,81	10,65	15,2	208	20,98
Технологическая карта №289 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 2017.г.						
Сок виноградный	200	0,6	0	28	108	9,60
Яблоко	200	0,4	0,4	9,9	94	23,60
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	1,2	26,7	127	2,60
Итого за обед		23,75	21,52	109,76	807,44	
Итого за день		51,43	69,17	158,09	1539,76	117,17

Директор школы  
Завстоловой



Н.В.Петрушкевич  
Е.Д. Савва