

Меню с 10 января по 14 января 2022 г.

(для детей со статусом ОБЗ 7-11 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
10.01.2022г						
Каша вязкая из кукурузной крупы с маслом	150	5,72	8,31	38,07	250,5	10,50
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		12,03	12,26	69,1	436,42	
Обед						
Салат из свежих помидоров с луком репчатым	100	1,11	6,18	0,73	78,56	21,03
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	150	16,49	16,89	26,01	321,97	47,55
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	1,40
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за обед		27,98	29,515	97,28	796,4	
Итого		40,01	41,775	166,38	1232,82	115,68
11.01.2022 год						
Завтрак						
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150	6,17	4,4	35,71	256,5	7,70
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 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 тутьельяна 2017.г.						
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за завтрак		14,88	12,22	94,57	598,42	
Обед						
салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,6	19,33
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	150	5,66	0,49	32,32	156,37	5,32
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.						
<i>Котлета (полуфабрикат)</i>	75	6,8	20,4	5,1	231,2	24,94
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,40
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	44,80
Всего за обед		20,43	34,835	114,365	864,765	
Итого		35,31	47,055	208,935	1463,185	141,09
12.01.2022 год						
Завтрак						
каша вязкая молочная из риса с маслом	150	4,5	8,13	32,2	220,5	11,18
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 тутьельяна						
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
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						

Всего за завтрак		9,21	12,43	88,49	503,82	
Обед						
салат из белокачанной капусты с яблоками	100	0,12	5,1	11,16	90,1	5,39
Технологическая карта №46 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
рассольник ленинградский на костном бульоне	250	2,02	5,09	11,98	106,5	8,75
Технологическая карта №96 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,46	152,73	4,07
Технологическая карта №312 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
курица, тушенная в соусе сметанном с томатом	100	11,65	11,66	3,51	166	28,33
Технологическая карта №290 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
какао с молоком сгущенным (молоко цельное сгущенное с 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 тутьельяна						
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,40
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Яблоко	200	0,46	0,46	11,38	108,1	22,80
Всего за обед		25,08	30,845	109,89	894,65	
Итого		34,29	43,275	198,38	1398,47	107,22
13.01.2022 год						
Завтрак						
суп молочный с макаронными изделиями	150	3,28	2,85	10,02	90	4,57
Технологическая карта №120 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьельяна						
яйцо вареное	40	5	4,6	0,28	62,8	8,00
бутерброд с сыром российским	50	3,52	8,3	14,83	157	13,00
Технологическая карта №3 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и 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		16,98	18,15	59,51	490,52	
Обед						
овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	22	24,78
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 тутьяна						
каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,67	228,98	10,73
Технологическая карта №302 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна						
Тэфтели (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 тутьяна						
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						
Хлеб пшеничный в/с	25	1,87	0,725	12,85	65,5	1,40
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Апельсин	234	21,06	0,585	25,272	125,19	30,19
Всего за обед		44,39	24,27	129,012	847,46	
Итого		61,37	42,42	188,522	1337,98	145,78
14.01.2022 год						
Завтрак						
каша жидкая молочная из гречневой крупы	150	4,5	5,1	2,1	151,5	10,67
Технологическая карта №183 сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях м.п.могильного и в.а тутьяна 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 тутьяна 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 тутьяна 2017.г.						
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Всего за завтрак		10,62	14,35	46,35	435,82	
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	150	12,7	8,74	26,79	228,99	18,81
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	1,40
Хлеб урожайный	34	2,24	0,41	13,46	67,32	2,04
Груша	200	0,8	0,6	20,6	94	44,80
Всего за обед		26,8	24,615	118,85	814,36	
Итого		37,42	38,965	165,2	1250,18	141,53

Директор школы
Завстоловой



Н.В.Петрушкевич
Е.Д. Савва