

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей с ОВЗ

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры/
			Белки	Жиры	Угле-воды		
1неделя	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	60	5,61	4,09	18,98	86,41	42
1день	Суп рыбный из консервов	230	6,89	6,72	11,47	133,8	42
завтрак	Какао с молоком	200	3,52	1,72	25,49	145,2	382
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Масло сливочное	10	0,06	8,20	0,10	75,00	14
		540	19,15	21,80	62,34	547,63	
полдник	Апельсин	200	1,84	0,34	16,17	86,0	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,20	92,00	399
		400	2,84	0,54	36,37	178,0	

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
1неделя	Салат из свеклы	60		.			
2день	Гречка рассыпчатая	180	7,92	5,26	42,32	256,45	302
завтрак	Птица тушеная в соусе	50/50	10,0	10,0	2,33	100	643
	Чай	200	4,51	1,14	7,71	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		630	27,18	23,67	66,56	678,13	
полдник	Банан	200	3,02	1,02	38,00	189,02	338
	Йогурт	100	4,35	4,8	6,0	88,5	251
			7,37	5,82	44,0	277,52	

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Макаронные изделия отварные	100	8.77	9.35	57.93	336.51	309
Здень	Котлета мясная	80	12.72	11.52	12.8	208.8	451
завтрак	Соус томатный	40	1.16	4.2	8.01	10.78	348
	Чай	200	4.51	1.14	7.71	114.66	37
	Хлеб пшеничный	50	2.57	10.0	16.70	86.33	
	Всего :		29.73	36.21	103.15	757.08	
полдник	Яблоко	170	0,68	0,68	16,66	79,68	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,20	92,00	399
		370	1,68	0,88	36,86	171,68	

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1неделя	Салат из свежей капусты	60	1,5	0,11	6,55	28,87	46
4день	Жаркое по домашнему из мяса птицы	200	17,21	14,67	43,72	250,0	436
завтрак	Чай	200	4.51	1,14	7,71	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	10,07	16,3	107,22	
	Масло сливочное	10	0,06	8,20	0,10	75,00	14
		510	26,85	34,19	74,28	575,75	
	Йогурт	100	4,35	4,8	6,0	88,5	251
	Мандарин	150	1,2	0,3	11,25	57,0	2106
			5,55	5,1	17,25	145,50	

Завхоз



Логинова Н.Г.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1неделя	Каша рисовая молочная вязкая	200/5	5,3	7,12	33,11	217,61	168
5день	Компот из сухофруктов	200	1,04	0,00	26,96	107,44	349
завтрак	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Сыр (Российский , др.)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
		565	12,89	12,62	66,37	486,87	
полдник	Груша	150	0,6	0,46	14,7	68,26	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,20	92,00	399
		350	1,6	0,66	34,27	160,26	

Завхоз

Логинова Н.

2 неделя

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры/
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Щи из св. капусты	250	6,89	6,72	11,47	133,8	42
1день	Булочка	60	6,63	7,39	42,38	262,75	453
завтрак	Напиток кофейный	200	3,52	1,72	25,49	145,2	382
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Масло сливочное	10	0,06	8,20	0,10	75,00	14
		570	20,17	25,10	85,74	723,97	
полдник	Апельсин	200	1,84	0,34	16,17	86,0	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,20	92,00	399
		400	2,84	0,54	36,37	178,0	

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Салат из моркови с подсолнечным маслом	60	2,75	4,4	5,3	66,2	120
2день	Плов из птицы	200	24,5	28,97	40,89	426,94	646
завтрак	Чай	200	4,20	0,00	14,0	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		510	33,52	34,44	66,49	715,02	
полдник	Банан	200	3,02	1,02	38,00	189,02	338
	Йогурт	100	4,35	4,8	6,0	88,5	251
			7,37	5,82	44,0	277,52	

Завхоз



Логинова Н.Г.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры/
			Белки	Жиры	Угле-воды		
2неделя	Салат из картофеля с зел. горошком	60	5.61	4.09	18.98	86.41	42
Здень	Макаронные изделия с тертым сыром	200	9,02	16,7	35,31	274,0	204
	Чай	200	4,51	0,0	14,00	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Масло сливочное	10	0,06	8,20	0,10	75,00	14
			22,27	30,06	74,69	657,29	
полдник	Яблоко	170	0,68	0,68	16,66	79,68	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,20	92,00	399
		370	1,68	0,88	36,86	171,68	

Завхоз

Логинова

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
	Салат из свежей капусты	60	1,5	0,11	6,55	28,87	46
2неделя	Пюре картофельное	150	2.34	16.71	3.79	290.5	688
4день	Птица тушеная в соусе	35/65	10,0	10,0	2,33	100	643
завтрак	Чай	200	4,51	0,0	14,00	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		560	21,42	27,78	32,97	641,25	
	Йогурт	100	4,35	4,8	6,0	88,5	251
	Мандарин	150	1,2	0,3	11,25	57,0	2106
			5,55	5,1	17,25	145,50	

Завхоз

Логинова Н.Г

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Каша «Дружба» молочная	200	6,32	8,96	12,56	250,1	16
5день	Чай	200	4,51	0,0	14,00	114,66	377
завтрак	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Сыр (Российский , др.)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
	Масло сливочное	10	0,06	8,20	0,10	75,00	14
		465	17,44	22,66	32,96	601,58	
полдник	Груша	150	0,6	0,46	14,7	68,26	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,20	92,00	399
		350	1,6	0,66	34,27	160,26	

Завхоз

Логинова Н.