

Утверждаю:
 Директор ООО "АСП+"
 Старковская М.А.
 " 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (12 лет и старше)

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порций, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Салат из свежей капусты с зелёным горошком	100	1,2	5	11,7	82	43
Шницель из печени с соусом	100	12,1	9,2	6,8	161	622
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,44	37,6	265	516
Чай с сахаром и лимоном	205	0,2	0,01	13,8	62	686
Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	49	
Итого:	605	21,42	21,85	79,66	619	
Обед						
Морковь отварная	100	1,3	3,8	7,4	68	315
Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,9	6,04	17,9	145	132
Птица, запеченная в сметанном соусе	100	13,1	11,7	25,5	237	акт
Каша полтавская вязкая	180	5,9	5,52	28,9	202	302
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,48	0	21,2	105	638
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	73	
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,62	0,68	8,44	44	
Итого:	885	27,73	28,04	123,98	874	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Завтрак						
Свекла отварная	100	1,8	0	10,8	50	315
Котлета куриная с соусом	100	11,3	13,1	8	228	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,8	216	510
Напиток из клубники	200	0,3	0	26,2	116	акт
Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	49	
Итого:	600	20,78	21,76	85,56	659	
Обед						
Огурец солёный	100	0,8	0,1	0,8	10	
Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	168	139
Фрикадельки мясные в соусе	100	12,00	12,9	19,3	277	469
Рис припущенный	180	5,4	8,16	40,1	257	512
Напиток из ягодной смеси "Летняя"	200	0,44	0	24,1	83	631
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	73	
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,62	0,68	8,44	44	
Итого:	880	28,89	27,74	129,68	912	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Завтрак						
Каша вязкая молочная кукурузная с маслом	245	10,9	8,16	40,9	299	173

Документ подписан электронной подписью

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ "БРОДКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
 ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА БОРИСА ИВАНОВИЧА
 КОНЕВА", Попова Ольга Владимировна, директор

06.09.24 10:08 (MSK)

Сертификат 4A4862464B56C2F3790FFC9FBDBE9D1A

Чай с сахаром	200	0,2	0,06	12,3	59	685
Батон сдобный с маслом	40	2,3	7	15,9	121	2
Сдоба обыкновенная	75	5,7	5,1	17,73	111	акт
Итого:	560	19,1	20,32	86,83	590	
Обед						
Икра свекольная	100	2,2	7,6	11,4	128	78
Щи из	255	2,5	5,85	15,75	100	124
Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом	100	15,4	12,6	27,3	302	454
Каша перловая рассыпчатая	180	3,7	4,9	29,2	172	510
Напиток из облепихи	200	0,3	0	15	96	700
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	73	
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,62	0,68	8,44	44	
Итого:	885	28,15	31,93	121,73	915	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ : ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Завтрак						
Морковь отварная	100	1,3	3,8	7,4	68	315
Рагу из птицы	280	16,9	16,7	49,4	420	436
Напиток из чёрной смородины	200	0,1	0	13,9	78	700
Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	49	
Итого:	600	19,92	20,7	80,46	615	
Обед						
Салат из белокочанной капусты	100	1,4	5,1	5,60	87	43
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,01	5	19,75	120	140
Котлета мясная с соусом	100	10,3	11,9	16,6	253	451
Пюре гороховое	180	9,96	6,6	45,7	269	199
Чай с сахаром и лимоном	205	0,2	0,01	13,8	62	686
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	73	
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,62	0,68	8,44	44	
Итого:	885	28,92	29,59	124,53	908	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ : ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Завтрак						
Огурец солёный	100	0,8	0,1	0,8	10	
Тефтели с соусом	100	13,6	12,7	16,4	261	462
Каша полтавская вязкая	180	5,9	5,52	28,9	202	302
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,48	0	21,2	105	638
Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	49	
Итого:	600	22,4	18,52	77,06	627	
Обед						
Маринад овощной (без томата)	100	1,2	5,3	10	143	613
Борщ сибирский со сметаной	255	4,9	3,9	16,95	123	111
Котлета куриная с соусом	100	11,3	13,1	8	228	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,8	216	510
Напиток из клубники	200	0,3	0	26,2	116	акт
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	73	
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,62	0,68	8,44	44	
Итого:	885	27,51	31,74	115,03	943	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "БРОДКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА БОРИСА ИВАНОВИЧА
КОНЕВА",** Попова Ольга Владимировна, директор

06.09.24 10:08 (MSK)

Сертификат 4A4862464B56C2F3790FFC9FBDBE9D1A