







**МЕНЮ**  
на 20 сентября 2023г

1 смена  
ОВЗ 5-11 классы

День: среда  
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак на 73,20руб.</b>						
21,1	Салат Витаминный	100	2	5	12	103
374,01	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10	6	5	112
520	Картофельное пюре	180	4	6	32	191
2,24	Кисель с витаминами	200			18	78
70,29	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином	40	3		20	90
71,41	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	20	1		8	36
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>640</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>95</b>	<b>610</b>
<b>Обед на 84,45руб.</b>						
21,07	Салат "Здоровье"	100	2	5	9	83
61,02	Суп картофельный с рисовой крупой	250	2	3	20	113
451,2	Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным	100	11	14	8	202
332	Макаронные изделия отварные	180/3	7	3	44	235
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,29	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином	40	3		20	90
71,31	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	30	2		12	54
<b>Итого за Обед</b>		<b>903</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>129</b>	<b>844</b>
<b>Итого за день</b>		<b>157,65руб.</b>	<b>47</b>	<b>42</b>	<b>224</b>	<b>1454</b>

Калькулятор *Аминава Т.М.*  
Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

Директор Соболь Т.Д.



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминаева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 20 сентября 2023г

2 смена  
ОВЗ 5-11 классы

День: среда  
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Обед на 84,45руб.</b>						
21,07	Салат "Здоровье"	100	2	5	9	83
61,02	Суп картофельный с рисовой крупой	250	2	3	20	113
451,2	Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным	100	11	14	8	202
332	Макаронные изделия отварные	180/3	7	3	44	235
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,29	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином	40	3		20	90
71,31	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	30	2		12	54
<b>Итого за Обед</b>		<b>903</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>129</b>	<b>844</b>
<b>Полдник на 73,20руб.</b>						
21,1	Салат Витаминный	100	2	5	12	103
374,01	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10	6	5	112
520	Картофельное пюре	180	4	6	32	191
2,24	Кисель с витаминами	200			18	78
70,29	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином	40	3		20	90
71,41	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	20	1		8	36
<b>Итого за полдник</b>		<b>640</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>95</b>	<b>610</b>
<b>Итого за день</b>		<b>157,65руб.</b>	<b>47</b>	<b>42</b>	<b>224</b>	<b>1454</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Аминаева Т.М.



Согласовано

Директор



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминаева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 20 сентября 2023г

1-4 классы

День: среда  
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1 смена Дополнительное наполнение рациона на 30,00руб.</b>						
67,15	Яблоко	220	1	1	22	103
<b>1 смена Завтрак на 64,44руб.</b>						
21	Салат Витаминный	60	1	3	7	62
374,01	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10	6	5	112
520,1	Картофельное пюре	150	3	5	26	160
2,24	Кисель с витаминами	200			18	78
70,26	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином	30	2		15	68
71,41	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	20	1		8	36
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>79</b>	<b>516</b>
<b>2 смена Дополнительное наполнение рациона на 30,00руб.</b>						
67,15	Яблоко	220	1	1	22	103
<b>2 смена Обед на 72,54руб.</b>						
34	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	50
61	Суп картофельный с рисовой крупой	200	2	3	16	91
451,11	Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным	90	10	12	7	176
212	Макаронные изделия отварные	150/3	6	3	37	200
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,26	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином	30	2		15	68
71,41	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	20	1		8	36
<b>Итого за Обед</b>		<b>753</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>104</b>	<b>688</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Согласовано

Директор \_\_\_\_\_  
  


Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит» \_\_\_\_\_  
 Аминаева Т.М.  


**МЕНЮ**  
 на 20 сентября 2023г

**5-11 классы**  
**Сахарный диабет**

День: среда  
 Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
445,14	Биточки мясные паровые	60	10	10	6	151
211,01	Макаронные изделия отварные с маслом	150/4	6	4	37	207
282,06	Чай	200				
421,02	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	40	2		18	84
38,03	Яблоко	200	1	1	20	94
		<b>654</b>	<b>19</b>	<b>15</b>	<b>81</b>	<b>536</b>
<b>Итого за Завтрак</b>						
<b>Обед</b>						
21,07	Салат "Здоровье"	100	2	5	9	83
65,36	Суп с гречневой крупой ( без картофеля )	250	2	6	11	111
80,11	Рыба, тушеная с овощами	60/50	12	6	2	109
136,02	Картофель отварной с маслом	200/5	4	4	42	213
282,06	Чай	200				
421,03	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином	55	3	1	24	116
		<b>920</b>	<b>23</b>	<b>22</b>	<b>88</b>	<b>632</b>
<b>Итого за Обед</b>						
<b>Итого за день</b>			<b>42</b>	<b>37</b>	<b>169</b>	<b>1168</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_  
 Повар \_\_\_\_\_