

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор

Генеральный директор

МБОУ «СОШ № 15»

ООО «КИМПРОД»

Е.В. Камардина

И.С. Павликов

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ (обед)

ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ И ДЕТЕЙ ИЗ ДНР И ЛНР, ПРОЖИВАЮЩИХ

В ПУНКТАХ ВРЕМЕННОГО РАЗМЕЩЕНИЯ

МБОУ «СОШ №15»

2023 год

Номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры или
				Белки	Жиры	Углеводы		
1 день	<b>Обед</b>							
	Рассольник Ленинградский	г	250	6,00	7,30	17,00	156,90	54-3с-2020
	Колбаса отварная с соусом красным основным	г	75	7,82	14,00	0,15	159,00	102
	Макаронные изделия отварные	г	30	0,96	0,70	2,70	21,20	54-3соус-2020
	Компот из свежих яблок	г	150	5,30	4,90	32,80	196,80	54-1г-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	г	200	0,20	0,10	9,90	41,60	54-32хн-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	2,00	0,40	11,90	58,70	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>735</b>	<b>22,28</b>	<b>27,40</b>	<b>74,45</b>	<b>634,20</b>	
2 день	<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	г	250	6,50	3,50	23,10	150,00	54-7с-2020
	Котлета из курицы с соусом красным основным	г	75	14,30	3,20	10,00	126,00	54-5м-2020
	Каша гречневая рассыпчатая		30	0,96	0,70	2,70	21,20	54-3соус-2020
	Компот из кураги	г	150	8,60	7,80	37,00	253,00	237
	Хлеб ржано-пшеничный	г	200	1,00	0,10	15,60	66,90	54-2хн-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>745</b>	<b>34,06</b>	<b>15,80</b>	<b>104,30</b>	<b>695,40</b>	
3 день	<b>Обед</b>							
	Суп крестьянский с крупой	г	250	6,40	7,30	13,50	145,00	54-10с-2020
	Сосиска отварная	г	75	7,82	14,00	0,15	159,00	102
	Картофельное пюре	г	150	3,10	5,30	19,80	139,40	54-11г-2020
	Компот из смеси сухофруктов	г	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>715</b>	<b>20,52</b>	<b>27,10</b>	<b>69,15</b>	<b>602,70</b>	
4 день	<b>Обед</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	г	250	5,90	7,10	12,60	138,00	54-2с-2020
	Жаркое по - домашнему	г	260	26,10	24,40	22,40	413,00	54-9м-2020
	Компот из свежих яблок	г	200	0,20	0,10	9,90	41,60	54-32хн-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>750</b>	<b>34,90</b>	<b>32,10</b>	<b>60,80</b>	<b>670,90</b>	
5 день	<b>Обед</b>							
	Суп гороховый	г	250	8,10	3,50	18,60	138,60	54-25с-2020
	Котлета из курицы с соусом красным основным	г	75	14,30	3,20	10,00	126,00	54-5м-2020
	Макаронные изделия отварные	г	30	0,96	0,70	2,70	21,20	54-3соус-2020
	Компот из изюма	г	150	5,30	4,90	32,80	196,80	54-1г-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	г	200	0,40	0,10	18,30	75,90	54-4хн-2020

	Хлеб ржано - пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>745</b>	<b>29,06</b>	<b>12,40</b>	<b>82,40</b>	<b>558,50</b>	
6 день	<b>Обед</b>							
	Рассольник Ленинградский	г	250	6,00	7,30	17,00	156,90	54-3с-2020
	Плов с курицей	г	270	24,90	10,04	44,60	368,80	54-12м-2020
	Компот из кураги	г	200	1,00	0,10	15,60	66,90	54-2хн-2020
	Хлеб ржано- пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>760</b>	<b>34,60</b>	<b>17,94</b>	<b>93,10</b>	<b>670,90</b>	
7 день	<b>Обед</b>							
	Щи из свежей капусты	г	250	5,90	7,00	7,10	115,20	54-1с-2020
	Рыба тушенная в томате с овощами (минтай)	г	110	10,50	5,61	4,95	442,00	343
	Картофельное пюре	г	150	3,10	5,30	19,80	139,40	54-11г-2020
	Компот из смеси сухофруктов	г	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн-2020
	Хлеб ржано- пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>750</b>	<b>22,70</b>	<b>18,41</b>	<b>67,55</b>	<b>855,90</b>	
8 день	<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	г	250	6,50	3,50	23,10	150,00	54-7с-2020
	Сосиска отварная с соусом красным основным	г	75	7,82	14,00	0,15	159,00	102
	Каша гречневая рассыпчатая	г	150	8,60	7,80	37,00	253,00	237
	Компот из изюма	г	200	0,40	0,10	18,30	75,90	54-4хн-2020
	Хлеб ржано - пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>745</b>	<b>26,98</b>	<b>26,60</b>	<b>97,15</b>	<b>737,40</b>	
9 день	<b>Обед</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	г	250	5,88	7,10	12,60	138,00	54-2с-2020
	Курица отварная	г	110	35,30	2,60	1,20	171,00	54-21м-2020
	соусом красным основным	г	30	0,96	0,70	2,70	21,20	54-3соус-2020
	Рис отварной	г	150	3,60	4,80	36,40	203,50	54-6г-2020
	Хлеб ржано- пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	Компот из свежих яблок	г	200	0,20	0,10	9,90	41,60	54-32хн-2020
	<b>Итого обед:</b>		<b>780</b>	<b>48,64</b>	<b>15,80</b>	<b>78,70</b>	<b>653,60</b>	
10 день	<b>Обед</b>							
	Суп гороховый	г	250	8,10	3,50	18,60	138,60	54-25с-2020
	Котлета из курицы с соусом красным основным	г	75	14,30	3,20	10,00	126,00	54-5м-2020
	Макаронные изделия отварные	г	150	5,30	4,90	32,80	196,80	54-1г-2020
	Компот из смеси сухофруктов	г	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн-2020
	Хлеб ржано- пшеничный	г	40	2,70	0,50	15,90	78,30	пром.
	<b>Итого обед:</b>		<b>745</b>	<b>31,86</b>	<b>12,80</b>	<b>99,80</b>	<b>641,90</b>	