

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся из числа детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на 2024 г

День недели	1 Неделя														
	Наименование блюд	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Ca	Mg	Fe	C	A	B1	B2	
понедельник	Сб. Москва №12	Огурец свежий в нарезке*	11.35	60	0.48	0.05	1.56	64	13.8	8.4	0.38	9	0	0.03	0.03
	Сб.Москва № 265	Макароны с сыром	25.01	205/10	12.85	15.98	48.8	357.1	209.6	39.12	1.23	2.69	0.09	0.18	0.16
	54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0.03	0.01
		ИТОГО :	40.98	510	15.7	16.33	68.06	499.9	234.9	56.22	2.65	12.09	0.15	0.24	0.28
	Сб. Москва№492	Плюшка Оренбургская	6.04	50	4.33	7.32	29.15	200	12.1	6.67	0.62	0	0.01	0.06	0.05
54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01	
	ИТОГО :	49.10		20.23	23.65	103.7	726.7	251.5	66.69	4	12.49	0.19	0.3	0.34	
вторник	Ед. сборник №308	Котлета рыбная любительская с/с	32.92	90/30	11.49	10.86	6.54	187.7	70.72	28.2	1.65	1.21	0.04	0.06	0.1
	Сб.Москва №443	Картофельное пюре	19.77	150	3.24	5.59	32.75	186.9	69.5	16.5	0.8	8.91	0.08	0.12	0.15
	Сб.Москва № 484	Кисель из концентрата пл-яг.	5.94	200	0	0	15	60	84	0	0.2	2.7	0	0.05	0.01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.90	40	2.48	0.32	12.8	60.46	8	5.6	0.35	0	0.03	0.03	0.05
		ИТОГО :	61.53	510	17.21	16.77	67.09	495.1	232.2	50.3	3	12.82	0.15	0.26	0.31
	Сб рецептур№483	Булочка дорожная	6.25	50	3.56	7.42	28.05	193.5	10.42	14.92	0.73	0	0.01	0.09	0.03
54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01	
	ИТОГО :	69.86		20.97	24.19	101.6	715.4	247.1	69.02	4.46	13.22	0.19	0.35	0.35	
среда	Сб. Москва № 398	Блины с начинкой п/ф	23.35	60	3.37	4.82	26.32	169.4	53.2	13.7	0.74	0.12	0.02	0.15	0.06
	Сб. Москва № 327	Каша молочная "Дружба"	20.67	200/5	8.92	9.75	32.37	257.7	105.2	32.45	1.35	6.9	0.04	0.13	0.16
	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	5.16	200	1.6	1.1	8.7	50.9	57	9.9	0.6	10.3	0.09	0.01	0.07
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0.03	0.01
		ИТОГО :	51.72	500	16.06	15.97	78.59	530	222.4	60.95	3	17.32	0.18	0.32	0.3
	сб.Москва №528	Сдоба фигурная	5.02	50	4.22	5.14	27.31	172.8	14.23	10.74	0.68	0.74	0	0.08	0.05
Сб.Москва №395	Компот из смеси сухофруктов	6.32	180	0	0	8.98	93.6	18	0	1.1	4.7	0	0	0	
	ИТОГО :	63.06		20.28	21.11	114.9	796.4	254.7	71.69	4.78	22.76	0.18	0.4	0.35	
четверг	сб Москва№355	Сырники из творога с джемом**	75.69	150/20	13.5	15.9	33.67	324.1	102.5	21.6	1.07	0.3	0.09	0.17	0.17
	Сб.Москва № 462	Какао с молоком	13.94	200	3.3	2.9	13.08	94	111.3	22.2	0.65	0.7	0.02	0.03	0.03
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0.03	0.01
	пром.	Фрукт *** (яблоко)	26.52	130	0.04	0	15.74	105.6	54	12	1.5	12.6	0	0.04	0.09
		ИТОГО :	118.69	535	19.01	19.1	73.69	575.7	274.8	60.7	3.53	13.6	0.14	0.27	0.3
	Сб. Москва№529	Слойка Свердловская	8.05	50	3.11	5.58	31.7	188.7	13.4	5.29	0.41	0	0.01	0.06	0.05
54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01	
	ИТОГО :	128.82		22.32	24.68	111.89	791.2	292.7	69.79	4.67	14	0.18	0.33	0.36	
пятница	сб. Москва № 220	Куры тушеные с овощами	49.19	120	11.38	9.7	13.08	196.5	187.1	43.5	1.3	12.5	0.07	0.07	0.1
	сб. Москва № 445	Каша гречневая вязкая	10.61	150	3.16	6.61	33.08	220.5	17.23	3.8	0.1	0	0.01	0.13	0.08
	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	6.86	200	1.6	1.1	8.7	50.9	57	9.9	0.77	0.03	0.07	0.01	0.07
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0.03	0.01
		ИТОГО :	69.20	505	18.31	17.71	66.06	519.9	268.3	62.1	3	12.53	0.18	0.24	0.26
	сб.Москва №480	Булка ванильная	6.19	50	4.22	5.14	27.31	172.8	14.23	10.74	0.68	0.74	0	0.08	0.05
Сб.Москва № 482	Кисель из концентрата плодово-ягод	5.35	180	0	0	15	60	84	0	0.2	2.7	0	0.05	0.01	
	ИТОГО :	80.74		22.53	22.85	108.4	752.7	366.6	72.84	3.88	15.97	0.18	0.37	0.32	
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	391.58		106.3	116.5	540.49	3782	1413	350.03	21.79	78.44	0.92	1.75	1.38	
	Средняя в день	78.32		21.27	23.3	108.1	756.5	282.5	70.01	4.36	15.69	0.18	0.35	0.28	

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся из числа детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на 2024 г.

День недели		2 недели													
		Наименование блюд	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Ca	Mg	Fe	C	A	B1	B2
понедельник	сб. Москва № 395	Вареники с творогом п/ф	53.69	155	15.3	14.56	34.53	287.1	161.2	28.7	0.46	1.53	0.04	0.21	0.17
	54-4гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	1.1	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0	0.01
	Пром	Фрукт***	26.52	130	0.04	0	15.74	105.6	54	13	1.5	12.6	0.04	0.04	0.09
		ИТОГО :	84.83	520	17.71	15.96	67.97	471.5	226.7	50.4	3	14.53	0.14	0.25	0.28
	Сб рецептур№483	Булочка дорожная	6.25	50	3.56	7.42	28.05	193.5	10.42	14.92	0.73	0	0.01	0.09	0.03
	Сб.Москва № 484	Кисель плодово-ягодный	5.35	180	0	0	15	60	84	0	0.2	2.7	0	0.05	0.01
	ИТОГО :	96.43		21.27	23.38	111	725	321.1	65.32	3.93	17.23	0.15	0.39	0.32	
вторник	54-25м	Курица тушеная с морковью	47.34	90	11.69	6.13	3.96	113.8	120.7	45.5	1.99	12.2	0.09	0.08	0.06
	сб. Москва № 445	Каша гречневая вязкая	12.74	180	3.79	7.93	39.69	254.6	40.68	4.56	0.12	0	0.02	0.15	0.15
	Сб.Москва № 422	Кофейный напиток с молоком	8.66	200	1.4	1.6	22.31	105	60.4	7	0.09	0.65	0.01	0.02	0.07
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0	0.01
		ИТОГО :	71.28	505	19.05	15.96	77.16	525.4	228.8	61.96	2.51	12.85	0.15	0.25	0.29
	сб.Москва №528	Сдоба фигурная	5.02	50	4.22	5.14	27.31	172.8	14.23	10.74	0.68	0.74	0	0.08	0.05
	54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01
	ИТОГО :	78.38		23.47	21.1	111	725	247.5	76.5	3.92	13.99	0.18	0.33	0.35	
среда	сб.Москва №90	Бутерброд с сыром	17.47	20/40	7.7	2.7	19.62	137.3	73.8	15.5	0.52	2.32	0.04	0.07	0.08
	Сб. Москва № 321	Каша вязкая геркулесовая с маслом	19.83	205	7.22	13.51	31.19	277.2	137.9	27.12	1.4	1.19	0.06	0.18	0.15
	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	5.16	200	1.6	1.1	8.7	50.9	57	9.9	0.6	10.3	0.03	0.01	0.07
	Пр. производство	Печенье	6.70	36	1.8	2.4	11.6	70.8	4.8	7.2	0.36	0	0.01	0.04	0.05
		ИТОГО :	49.16	501	18.32	19.71	71.11	536.2	273.5	59.72	2.88	13.81	0.14	0.3	0.35
	сб.Москва №480	Булка ванильная	6.19	50	4.22	5.14	27.31	172.8	14.23	10.74	0.68	0.74	0	0.08	0.05
	Сб.Москва №395	Компот из смеси сухофруктов	6.32	180	0	0	8.98	93.6	18	0	1.1	4.7	0	0	0
	ИТОГО :	61.67		22.54	24.85	107.4	802.6	305.7	70.46	4.66	19.25	0.14	0.38	0.4	
четверг	сб. Москва № 62	Салат из моркови с сахаром	7.08	60	0.74	0.06	6.88	69.2	15.5	21.6	0.4	2.02	0.11	0.05	0.2
	Единый сб.№ 276	Омлет с отварным картофелем	58.38	200	13	16.2	44.2	298.5	143	23.8	1.7	7.3	0.03	0.16	0.11
	Сб.Москва № 484	Кисель из концентрата пл-яг.	5.94	200	0	0	15	60	84	0	0.2	2.7	0	0.05	0.01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.90	40	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0	0.01
		ИТОГО :	74.30	500	15.91	16.56	77.28	479.7	249.5	50.3	2.61	12.02	0.17	0.26	0.33
	Сб. Москва№492	Плюшка Оренбургская	6.04	50	4.33	7.32	29.15	200	12.1	6.67	0.62	0	0.01	0.06	0.05
	54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01
	ИТОГО :	82.42		20.44	23.88	112.9	706.5	266.1	60.77	3.96	12.42	0.21	0.32	0.39	
	Сб.Москва № 157	Голубцы ленивые в соусе	43.23	90	8.8	8.91	15.21	216.3	172.4	17	1.41	13.96	0.08	0.1	0.13
	Сб.Москва№ 447	Макароны отварные	15.06	180	6.57	5.98	41.85	253.8	37.14	30.09	0.1	0	0.01	0.14	0.17
	54-4гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	1.1	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2.54	35	2.17	0.3	11.2	52	7	4.9	0.31	0	0.03	0	0.01
		ИТОГО :	62.91	505	17.74	16.29	74.76	548.9	221.1	55.79	2.55	14.36	0.15	0.24	0.32
	Сб рецептур№ 506	Крендель сахарный	7.75	50	3.64	6.78	30.36	195	9.42	6.12	0.53	0	0.01	0.06	0.04
	54-2гн	Чай с сахаром	2.08	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	0.73	0.4	0.03	0	0.01
	ИТОГО :	72.74		20.11	16.59	92.46	627.7	232.6	64.49	3.59	14.76	0.21	0.24	0.34	
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ	391.64		107.8	109.8	534.8	3587	1373	337.54	20.06	77.65	0.89	1.66	1.8	
	Средняя в день	78.328		21.57	21.96	107	717.3	274.6	67.51	4.01	15.53	0.18	0.33	0.36	