



"Согласовано"

Начальник отдела по образованию администрации



Городищенского муниципального района

С.А. Рассадникова

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы

7-11 лет муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Городищенского района

Волгоградской области (завтрак1 и завтрак2) с 1.01.2021г.

"Согласовано"

Директор ИБООУ "Грачевская СШ"

С.В. Бурченко



1	Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	45	84	23	1,2
2	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	15,18	20,42	12,91	296,06	0,15	5,71	0,39	3,28	28,95	32,08	153	1,48
3	Чай Каркаде	200	2,5	5	8,6	91,3	3,38	17,5	0,01	0	11	54,88	25	0,93
4	Печенье	30	2,01	2,26	15,61	115	0,048	0	12	0	5,9	22,49	8,34	0,23
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
	Итого		31,79	23,28	82,12	645,66	28,298	7,39	12,41	4,28	102,45	155,17	223,5	4,51
	Завтрак 2													
1	Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба" с маслом	150/5	4,1	4,9	26	165,5	0,1	0,2	0	0	78,6	22,5	91,4	0,5
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	2,2	0	0	16	8	6	0,8
	Итого		7,3	5,1	60,50	315,4	0,2	2,4	0	0,8	102,9	42,4	127,6	2
	Всего		29,09	28,38	142,6	961,06	28,498	9,79	12,41	5,08	205,35	197,57	351,1	6,51
	Вариант 4													
	Завтрак 1													
1	Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2
2	Тефтели (Вариант) с соусом	80/30	7,05	7,84	8,92	134,25	0,048	0,4	31,2	0,42	22,36	78,6	15,6	0,64
3	Картофельное пюре	150	3,16	7,58	21,49	166,08	0,16	10,33	0	0,33	39,16	29,15	85,5	1,08
4	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	2,2	0	0	16	8	6	0,8
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
	Итого		14,81	15,82	71,51	480,23	28,308	13,01	31,22	1,75	131,82	211,65	165,30	4,42
	Завтрак 2													
1	Макаронны с сыром	150	9,8	9,3	35	278	0,06	0,17	86,4	0,8	221,4	151,8	15,30	0,03
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,20	0,7
3	Компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	71,4	0	0	0	0	8,6	1,8	0,00	0,1
	Итого		12,8	9,5	73,90	441,3	0,16	0,17	86,4	1,6	238,3	165,5	45,50	0,83
	Всего		27,61	25,32	145,41	921,53	28,468	13,18	117,62	3,35	370,12	377,15	210,80	5,25
	Вариант 5													
	Завтрак 1													
1	Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	23	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2
2	Котлета рубленая из птицы	80	12,96	16,64	12,08	250,32	0,08	0,48	0,08	2,64	17,04	22,24	123,76	1,6
3	Пюре из бобовых (горох)	150	14,16	7,08	29,24	255	0	2,33	0	0,19	15	8,25	3,08	0,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	15	61,6	0	1,1	0,2	0	13,6	4,6	1,4	0,4
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7

Итого	31,72	24,12	82,42	688,82	23,18	3,99	0,3	3,83	99,94	130,99	186,4	4,5		
Завтрак 2														
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	150/5	6,14	37,5	219	0,15	0,72	11,1	0,47	117,41	196,38	54,03	1,57	№302
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
3	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	0,044	1,3	20	0	125,8	90	14	0,13	№379/2011
Итого			12,88	9,01	411,9	0,294	2,02	31,1	1,27	251,51	298,28	98,23	2,4	
Всего			44,6	33,13	1100,7	23,474	6,01	31,4	5,1	351,45	429,27	284,67	6,9	
Вариант 6														
Завтрак 1														
1	Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2	
2	Рагу из птицы	180	15,1	17,3	16,6	285,1	0,15	8,92	3,28	27	38,1	162,6	1,87	№289/2011
3	Чай с молоком	200	1,3	1	11,8	61,3	0	0,3	0	50,8	8,7	28,8	0,5	№378/2011
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
Итого			20,2	18	505,1	28,25	89	0,41	5,08	100,5	139,9	223,9	4,27	
Завтрак 2														
1	Каша молочная гречневая вязкая с маслом	150/5	4,65	7,3	31,03	186	0,2	38,75	0,48	25,75	203,78	136,13	4,58	№302
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
3	Компот и свежие плоды	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0	1,6	0	13,3	4,7	4	0,9	№342/2011
Итого			7,85	7,7	78,03	390,6	1,6	38,75	1,38	47,35	220,38	170,3	6,18	
Всего			28,05	25,7	140,93	895,7	90,6	39,16	6,46	147,85	360,28	394,23	10,45	
Вариант 7														
Завтрак 1														
1	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	15,18	20,42	12,91	296,06	0,15	5,71	3,28	28,95	32,08	153	1,48	№488
2	Чай Каркаде	200	0,2	0	15	58	2,2	0	0	16	8	6	0,8	№685
3	Фрукты свежие (яблоко или апельсин)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	9,6	0	0,3	21,6	12,2	14,9	3	№388/2011
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
Итого			18,98	21,22	61,71	514,36	17,51	0,339	4,38	74,85	64,18	204,1	5,98	
Завтрак 2														
1	Макаронны с сыром	150	9,8	9,3	35	278	0,17	86,4	0,8	221,4	151,8	15,3	0,03	№333
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
3	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	15	61,6	1,1	0,2	0	13,6	4,6	1,4	0,4	№377/2011
Итого			13	9,5	69,5	431,5	1,27	86,6	1,6	243,3	168,3	46,90	1,13	

Всего	31,98	30,72	131,2	945,86	0,41	18,78	86,939	5,98	318,15	232,48	251,00	7,11	
Вариант 8													
Завтрак 1													
1 Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2
2 Фрикадельки мясные с соусом	80/30	12,4	16,8	13,12	253,5	0	0,24	0	3,68	31,44	17,76	116,24	1,6
3 Каша гречневая рассыпчатая	150	6,16	4,74	27,83	178,2	0,16	0	0	0,49	15,4	90,9	135,49	3
4 Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	2,2	0	0	16	8	6	0,8
4 Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
Итого	23,16	21,94	82,05	611,6	28,26	2,52	0,02	5,17	117,14	212,56	315,9	7,3	
Завтрак 2													
1 Каша молочная рисовая вязкая с маслом	150/5	4,5	8,13	32,2	220	0,045	0,72	41,1	0,17	98,15	118,08	27,36	0,45
2 Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
3 Кисель из концентрата	200	1	0	20,2	84,8	0,022	4	0	0	14	14	8	2,8
Итого	8,5	8,33	71,9	396,7	0,167	4,72	41,1	0,97	120,45	143,98	65,56	3,95	
Всего	31,66	30,27	153,95	1008,3	28,427	7,24	41,12	6,14	237,59	356,54	381,49	11,25	
Вариант 9													
Завтрак 1													
1 Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2
2 Плов из птицы	180	18,36	22,76	32,84	409,4	0,08	2,24	0,26	4,76	23,4	40,85	190,5	1,8
3 Чай с молоком	200	1,3	1	11,8	61,3	0	0,1	0,3	0	50,8	8,7	28,8	0,5
4 Печенье	30	2,01	2,26	15,61	115	0,048	0	12	0	5,9	22,49	8,34	0,23
5 Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
Итого	26,07	26,42	86,35	707,6	28,228	2,42	12,58	5,76	134,4	167,94	285,8	4,43	
Завтрак 2													
1 Каша молочная жидкая манная с маслом	150/5	4,58	8,04	24,28	188,25	0,06	0,88	43,5	0,39	100,32	88,64	15,22	0,59
2 Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
3 Компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	8,6	1,8	0	0,1
Итого	7,58	8,24	63,18	357,55	0,16	0,88	43,5	1,19	117,22	102,34	45,42	1,39	
Всего	33,65	34,66	149,53	1065,2	28,388	3,3	56,08	6,95	251,62	270,28	331,26	5,82	
Вариант 10													
Завтрак 1													
1 Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2
2 Котлета рубленая из птицы	80	12,96	16,64	12,08	250,32	0,08	0,48	0,08	2,64	17,04	22,24	123,8	1,6
3 Макароны изделия отварные с маслом	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0	0,1	1	15	20,5	54,6	1,2

4	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	2,2	0	0	0	16	8	6	0,8	№685
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
	Итого		23,06	22,74	86,48	636,62	28,28	2,76	0,2	4,64	102,34	146,64	242,6	5,5		
	Завтрак 2															
1	Оладьи с маслом и сахаром	150/5/	11,54	11,48	76,54	456	0,23	0,55	27,5	0	126,57	185,2	49,16	2,1	№733	
2	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	101	0,044	1,3	20	0	125,8	90	14	0,13	№379/2011	
	Итого		14,7	14,15	92,48	557	0,274	1,85	47,5	0	252,37	275,2	63,16	2,23		
	Всего		37,76	36,89	178,98	1193,6	28,554	4,61	47,7	4,64	354,71	421,84	305,76	7,73		
	Вариант 11															
	Завтрак 1															
1	Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2		
2	Сосиска отварная	80	5,1	7,25	0,13	62	0	0	40	0,1	6	35	4	0,45	№413	
3	Рагу овощное	150	3,75	3,75	0,2	96	0,12	0	0	1,8	97,5	168	24	1,2	№541	
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	15	58	0	2,2	0	0	16	8	6	0,8	№377/2011	
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
	Итого		13,45	11,4	41,43	337,9	28,22	2,28	40,02	2,9	173,8	306,9	92,20	4,35		
	Завтрак 2															
1	Каша молочная вязкая из риса и пшена "Дружба" с маслом	150/5	4,1	4,9	26	165,5	0,1	0,2	0	0	78,6	22,5	91,40	0,5	№175/2011	
2	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0	1,6	0	0,1	13,3	4,7	4,00	0,9	№342/2011	
3	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,20	0,7		
	Итого		7,3	5,3	73	370,1	0,2	1,8	0	0,9	100,2	39,1	125,60	2,1		
	Всего		20,75	16,7	114,43	708	28,42	4,08	40,02	3,8	274	346	217,80	6,45		
	Вариант 12															
	Завтрак 1															
1	Овощи свежие, солёные, отварные	60	1,4	0,2	6,6	30	28	0,08	0,02	0,2	46	84	28	1,2		
2	Рагу из птицы	180	15,1	1,7	16,6	285,1	0,15	8,92	0,39	3,28	27	39,1	162,6	1,87	№289/2011	
3	Чай Каркаде	200	2,5	5	8,6	91,3	3,38	17,5	0,01	0	11	54,88	25	0,93	№685	
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
	Итого		22	7,1	51,3	498,3	31,63	26,5	0,42	4,28	92,3	189,88	245,8	4,7		
	Завтрак 2															
1	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	150/5	6,4	8,25	33,24	234	0,1	0,72	41,1	0,57	110,07	165,97	33,24	1,75	№302	
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
3	Компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	8,6	1,8	0	0,1	№349/2011	
	Итого		9,4	8,45	72,14	403,3	0,2	0,72	41,1	1,37	126,97	179,67	63,44	2,55		

Всего	31,4	15,55	123,4	901,6	31,83	27,22	41,52	5,65	289,27	369,55	309,24	7,25
Всего за 12 дней	380,4	346,4	1776	11934	311,84	202,98	583,17	62,78	3202,2	3973,5	3542	90,82
Среднее за 1 день	31,7	28,86	148	994,51	25,987	16,915	48,597	5,2317	266,85	331,12	295,1	7,568