**«Утверждаю» «Согласовано»**

 **Директор МБОУ ЕСОШ №7**

**ИП Ермоленко Л.В. им. О.Казанского**

**«10» января 2022 г. Авилова О.В.**

**Примерное 2-х недельное меню**

 **для организации бесплатного двухразового горячего питания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в МБОУ ЕСОШ №7 им. О.Казанского на 2022 учебный год**

**Возраст 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Масса порции****(гр.)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность****(ккал)** | **Цена (руб.)** |
| 60868834Пром. призв.868187Пром.произв.951 | **1-й день** **завтрак**Биточки из говядиныМакароны отварные с масломСалат из свеклы с зеленым горошкомБатон йодированныйКомпот из смеси сухофруктов**Итого за завтрак:****обед**Щи из свежей капусты с картофелем со сметанойБатон йодированныйНапиток кофейный с молоком**Итого за обед:****Итого за день:** | 601505040200 | 9,335,521,02,40,4 | 6,934,522,510,3- | 9,4226,454,9116,224,76 | 137,25168,4546,26  7594,20 | 35-178-936-563-357-00 |
| 300/2060200 | **18,65**1,402,40,5**4,3** | **14,26**3,910,3-**4,21** | **81,74**6,7916,231,5**54,49** | **521,16**67,8075128**270,80** | 24-534-4610-00 |
|  | **22,95** | **18,47** | **136,23** | **791,96** | **100-00** |
| 282694Табл.4Пром.произв.943209Пром.произв.869 | **2-й день****завтрак**Оладьи из печениКартофельное пюреОвощи квашеныеБатон йодированныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с мясными фрикаделькамиХлеб ржано-пшеничныйКомпот из свежих плодов**Итого за обед:****Итого за день:** | 701505040200 | 10,573,060,592,40,2 | 12,524,803,690,3- | 10,0420,452,2416,214,00 | 196137,2544,527528 | 31-6014-976-093-355-00 |
| 30040200 | **16,82**1,583,250,20**5,03** | **21,31**2,190,50,20**2,89** | **62,93**11,6620,0522,30**54,01** | **480,77**72,6095110**277,60** | 29-682-317-00 |
|  | **21,85** | **24,2** | **116,94** | **758,37** | **100-00** |
|  168467Пром.произв.869206Пром.произв.Пром.произв. | **3-й день****завтрак**Каша манная вязкая молочнаяПудинг из творога запеченныйБатон йодированныйКисель из свежих плодов**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с бобовыми (горохом)Батон йодированныйСок фруктовый**Итого за обед:****Итого за день:** | 15011040200 | 3,422,242,40,14 | 3,9615,36 0,30,04 | 27,8332,1616,227,50 | 161,00179,2075110,80 | 14-3636-303-357-00 |
| 30060200 | **28,18**4,392,40,2**6,99** | **19,66**4,220,3-**4,53** | **103,69**13,0616,214,00**43,26** | **526**107,87528**210,8** | 20-004-4614-53 |
|  | **35,17** | **24,19** | **146,95** | **726,80** | **100-00** |
| 28667945Пром.произв.943170Пром.произв.Пром. произв. | **4-й день****завтрак**Тефтели мясные с соусомКаша гречневая рассыпчатаяВинегрет овощнойХлеб ржано-пшеничныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:** **обед**Борщ с капустой и картофелем со сметанойБатон йодированныйСок яблочный**Итого за обед:****Итого за день:** | 601505040200 | 8,877,460,823,250,2 | 9,835,613,710,5- | 11,7135,845,0620,0514,00 | 171,00230,4556,889528 | 35-9210-007-782-315-00 |
| 300/2060200 | **20,60**1,452,40,4**4,25** | **19,65**3,930,3-**4,23** | **86,66**100,2016,224,76**140,96** | **581,33**827594,20**251,20** | 24-534-4610-00 |
|  | **24,85** | **23,88** | **227,62** | **832,53** | **100-00** |
| 934241Пром.произв. Пром.произв.197Пром.произв.Пром. произв. | **5-й день****завтрак**Суп молочный с макаронными изделиямиСыр порционныйМасло сливочное порциямиБатон йодированныйСок фруктовый**Итого за завтрак:****обед**Рассольник «Петербургский»Батон йодированныйНапиток смородиновый **Итого за обед:** **Итого за день:** | 240151040200 | 6,93,480,002,40,20 | 6,254,438,200,30,20 | 22,600,00,1016,222,30 | 174,2454,607575110 | 23-2912-008-003-3514-37 |
| 30060200 | **12,98**1,62,40,2**4,2** | **19,38**4,090,3-**4,39** | **61,20**13,5416,214,00**43,74** | **448,84**97,407528**200,4** | 24-534-4610-00 |
|  | **17,18** | **23,77** | **104,94** | **649,24** | **100-00** |
| 30167933Пром.произв.951 | **6-й день****завтрак**Курица тушеная в соусеКаша пшеничная с масломСалат из свёклы отварнойБатон йодированныйНапиток кофейный | 701505040200 | 15,686,600,862,40,5 | 18,234,383,650,3- | 7,0335,275,0216,231,5 | 281,25213,7156,3475128 | 37-089-625-963-355-00 |
|  | **Итого за завтрак:** |  | **26,04** | **26,56** | **95,02** | **754,30** |  |
| 206Пром.произв.859 | **обед**Солянка домашняяБатон йодированныйКомпот из свежих плодов**Итого за обед:** | 20060200 | 1,872,40,20**4,47** | 2,260,30,20**2,76** | 13,3116,222,30**51,81** | 81,0075110**266** | 27-534-467-00 |
|  | **Итого за день:** |  | **30,51** | **29,32** | **146,83** | **1020,30** | **100-00** |
| 43843Пром.произв.943434 | **7-й день****завтрак**Омлет натуральный запеченный с сливочным масломСалат из белокачанной капустыБатон йодированныйЧай с сахаромБулочка пониженной калорийности с изюмом | 1505040200 60 | 10,470,72,40,2 5,45 | 16,252,50,3-5,73 | 1,944,516,214,0032,28 | 196,4843,77528202,74 | 33-177-503-345-0012-00 |
|  | **Итого за завтрак:** |  | **19,22** | **24,78** | **68,92** | **545,62** |  |
| 208Пром.произв.869 | **обед**Суп -лапша с курицейХлеб ржано-пшеничныйКисель из свежих плодов**Итого за обед:** | 30040200 | 2,153,250,14**5,54** | 2,270,50,04**2,81** | 13,7120,0527,50**61,26** | 83,8095110,80**289,60** | 29-682-317-00 |
|  | **Итого за день:** |  | **24,76** | **27,59** | **130,18** | **835,22** | **100-00** |
| 469959847206Пром.произв.Пром.произв. | **8-й день****завтрак**Запеканка из творога со сметанойКакао с молокомЯблоки свежие**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с фасольюБатон йодированныйСок фруктовый**Итого за обед:****Итого за день:** | 150/50200100 | 30,933,520,8 | 22,893,720,3 | 32,4025,4957,50 | 279,60145,249,00 | 39-0110-0012-00 |
| 30060200 | **32,16**4,392,40,2**6,99** | **26,91**4,220,3-**4,53** | **115,39**13,0616,214,00**43,26** | **473,80**107,87528**210,8** | 20-004-4614-53 |
|  | **39,15** | **31,44** | **158,65** | **684,60** | **100-00** |
| 486694Пром.произв.951204Пром.произв.869 | **9-й день** **завтрак**Рыба тушеная в томатном соусе с овощамиКартофельное пюреБатон пшеничныйНапиток кофейный**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с рисовой крупой и говядинойХлеб ржано-пшеничныйКомпот из свежих плодов**Итого за обед:****Итого за день:** | 75/3515040200/12 | 13,873,062,40,5 | 7,854,800,3- | 6,5320,4516,231,5 | 150,00137,2575128 | 38-0914-972-955-00 |
| 30040200 | **19,83**1,583,250,20**5,03** | **12,95**2,190,50,20**2,89** | **74,68**11,6620,0522,30**54,01** | **490,25**72,6095110**277,60** | 29-682-317-00 |
|  | **24,86** | **15,84** | **128,69** | **767,85** | **100-00** |
| 30442Пром.произв.943 170Пром.произв.Пром.произв. | **10-й день****завтрак**Плов из птицыСыр порционныйХлеб ржано-пшеничныйЧай с сахаром **Итого за завтрак:** **обед**Борщ с капустой и картофелем со сметанойБатон йодированныйСок яблочный**Итого за обед:** **Итого за день:** | 2501540200 | 20,303,483,250,2 | 17,004,430,5- | 35,690,020,0514,00 | 377,0054,609528 | 41-7012-002-315-00 |
| 300/2040200 | **27,23**1,452,40,4**4,25** | **21,93**3,930,3-**4,23** | **69,74**100,2016,224,76**140,96** | **554,60**827594,20 **251,20** | 24-534-4610-00 |
|  | **31,46** | **26,16** | **210,70** | **805,80** | **100-00** |

Наименование сборника рецептур : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост.: АИ.Здобнов, В.А Цыганенко, М.И. Пересичный. –К.:А.С.К., 2005, Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2010 г.