**«Утверждаю» «Согласовано»**

 **Директор МБОУ ЕСОШ №7**

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

**«01» сентября 2021 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 2021-2022 учебный год**

**Возраст 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Масса порции****(гр.)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность****(ккал)** | **Цена (руб.)** |
| 608688Табл.4Пром. призв.868187Пром.произв.951 | **1-й день** **завтрак**Биточки мясныеМакароны отварные с масломОгурцы соленыеБатон йодированныйКомпот из смеси сухофруктов**Итого за завтрак:****обед**Щи из свежей капусты с картофелемБатон йодированныйНапиток кофейный**Итого за обед:****Итого за день:** | 601504040200 | 9,335,521,02,40,4 | 6,934,520,20,3- | 9,4226,453,216,224,76 | 137,25168,45177594,20 | 30-808-936-563-357-00 |
| 20040200 | **18,65**1,402,40,5**4,3** | **11,95**3,910,3-**4,21** | **80,03**6,7916,231,5**54,49** | **491,90**67,8075128**270,80** | 7-263-355-00 |
|  | **22,95** | **16,16** | **134,52** | **762,70** | **72-25** |
| 282694Табл.4Пром.произв.943204Пром.произв.869 | **2-й день****завтрак**Оладьи из печениКартофельное пюреОвощи сезонныеБатон йодированныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с рисовой крупойХлеб ржано-пшеничныйКомпот из свежих плодов**Итого за обед:****Итого за день:** | 801505040200/12 | 10,573,061,02,40,2 | 12,524,800,20,3- | 10,0420,453,216,214,00 | 196137,25177528 | 31-6010-606-093-355-00 |
| 20040200 | **17,23**1,583,250,20**5,03** | **17,82**2,190,50,20**2,89** | **63,89**11,6620,0522,30**54,01** | **453,25**72,6095110**277,60** | 7-262-316-04 |
|  | **22,26** | **20,71** | **117,90** | **730,85** | **72-25** |
|  46741Пром.произв.869206Пром.произв.943 | **3-й день****завтрак**Пудинг из творога запеченныйМасло сливочное порциямиБатон йодированныйКисель из свежих плодов**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с бобовымиБатон йодированныйЧай с сахаром**Итого за обед:****Итого за день:** | 1601040200 | 22,240,002,40,14 | 15,368,200,30,04 | 32,160,1016,227,50 | 179,207575110,80 | 38-298-003-357-00 |
| 20040200 | **24,78**4,392,40,2**6,99** | **23,9**4,220,3-**4,53** | **75,96**13,0616,214,00**43,26** | **440,00**107,87528**210,8** | 7-263-355-00 |
|  | **31,77** | **28,43** | **119,22** | **650,8** | **72-25** |
| 28667945Пром.произв.943170Пром.произв.868 | **4-й день****завтрак**Тефтели мясные с соусомКаша гречневая рассыпчатаяВинегрет овощнойХлеб ржано-пшеничныйЧай с сахаром**Итого за завтрак:** **обед**Борщ с капустой и картофелемБатон йодированныйКомпот из смеси сухофруктов**Итого за обед:****Итого за день:** | 801506040200 | 11,787,460,823,250,2 | 12,915,613,710,5- | 14,9035,845,0620,0514,00 | 223,00230,4556,889528 | 32-638-927-782-315-00 |
| 20040200 | **23,61**1,452,40,4**4,25** | **22,73**3,930,3-**4,23** | **89,85**100,2016,224,76**140,96** | **633,33**827594,20**251,20** | 7-263-355-00 |
|  | **27,86** | **26,96** | **230,81** | **884,53** | **72-25** |
| 934241Пром.произв.859197Пром.произв.943 | **5-й день****завтрак**Суп молочный с макаронными изделиямиСыр порционныйМасло сливочное порциямиБатон йодированныйКомпот из свежих плодов**Итого за завтрак:****обед**Рассольник «Петербургский»Батон йодированныйЧай с сахаром **Итого за обед:** **Итого за день:** | 200151040200 | 5,753,480,002,40,20 | 5,214,438,200,30,20 | 18,840,00,1016,222,30 | 145,2054,607575110 | 23-2912-008-003-3510-00 |
| 20040200 | **11,83**1,62,40,2**4,2** | **18,34**4,090,3-**4,39** | **57,44**13,5416,214,00**43,74** | **459,80**97,407528**200,4** | 7-263-355-00 |
|  | 16,03 | 22,73 | 101,18 | 660,20 | **72-25** |
| 30167933Пром.произв.951 | **6-й день****завтрак**Курица тушеная в соусеКаша пшеничная с масломСалат из свёклы отварнойБатон йодированныйНапиток кофейный | 901506040200 | 17,656,600,862,40,5 | 14,584,383,650,3- | 4,735,275,0216,231,5 | 221,00213,7156,3475128 | 35-187-155-963-355-00 |
|  | **Итого за завтрак:** |  | **28,01** | **22,91** | **92,69** | **694,05** |  |
| 200Пром.произв.859 | **обед**Суп картофельныйБатон пшеничныйКомпот из свежих плодов**Итого за обед:** | 20040200 | 1,872,40,20**4,47** | 2,260,30,20**2,76** | 13,3116,222,30**51,81** | 81,0075110**266** | 7-263-355-00 |
|  | **Итого за день:** |  | **32,48** | **25,67** | **144,5** | **960,05** | **72-25** |
| 43843Пром.произв.943 | **7-й день****завтрак**Омлет натуральный запеченный с колбасойСалат из белокачанной капустыБатон йодированныйЧай с сахаром | 1506040200/12 | 14,270,852,40,2 | 22,163,050,3- | 2,655,4116,214,00 | 267,9352,447528 | 42-306-003-345-00 |
|  | **Итого за завтрак:** |  | **17,72** | **25,51** | **38,26** | **423,37** |  |
| 208Пром.произв.869 | **обед**Суп картофельный с макаронными изделиямиХлеб ржано-пшеничныйКисель из свежих плодов**Итого за обед:** | 20040200 | 2,153,250,14**5,54** | 2,270,50,04**2,81** | 13,7120,0527,50**61,26** | 83,8095110,80**289,60** | 7-262-316-04 |
|  | **Итого за день:** |  | **23,26** | **28,32** | **99,52** | **712,94** | **72-25** |
| 469959206Пром.произв.943 | **8-й день****завтрак**Запеканка из творога со сметанойКакао с молоком**Итого за завтрак:****обед**Суп картофельный с бобовымиБатон йодированныйЧай с сахаром**Итого за обед:****Итого за день:** | 150/20200 | 27,843,52 | 18,003,72 | 32,4025,49 |   279,60145,2 | 48-648-00 |
| 20040200 | **31,36**4,392,40,2**6,99** | **21,72**4,220,3-**4,53** | **57,89**13,0616,214,00**43,26** | **424,8**107,87528**210,8** | 7-263-355-00 |
|  | **38,35** | **26,25** | **101,15** | **635,60** | **72-25** |
| 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 крупойХлеб ржано-пшеничныйКомпот из свежих плодов**Итого за обед:****Итого за день:** | 75/7515040200/12 | 13,873,062,40,5 | 7,854,800,3- | 6,5320,4516,231,5 | 150,00137,2575128 | 38-0910-602-955-00 |
| 20040200 | **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** | 7-262-316-04 |
|  | **24,86** | **15,84** | **128,69** | **767,85** | **72-25** |
| 30442Пром.произв.943 170Пром.произв.868 | **10-й день****завтрак**Плов из птицыСыр порционныйХлеб ржано-пшеничныйЧай с сахаром **Итого за завтрак:** **обед**Борщ с капустой и картофелемБатон йодированныйКомпот из смеси сухофруктов**Итого за обед:** **Итого за день:** | 2101540200 | 20,303,483,250,2 | 17,004,430,5- | 35,690,020,0514,00 | 377,0054,609528 | 37-3312-002-315-00 |
| 20040200 | **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** | 7-263-355-00 |
|  | 31,48 | 26,16 | 210,70 | **805,80** | **72-25** |

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.