**«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 11 лет и старше**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Масса порции**  **(гр.)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Цена**  **(руб)** |
| **458**  **943**  **187**  **Пром.произв**  **869** | **1-й день**  **завтрак**  Ватрушка с творожным фаршем  Чай с сахаром  **обед**  Щи из свежей капусты с картофелем  Батон йодированный  Компот из свежих плодов | 70  200  250  40  200 | 5,76  0,2  1,75  2,4  0,2 | 3,43  -  4,89  0,3  0,2 | 18,24  14,00  8,49  16,2  22,30 | 126,25  28  84,75  75  110 | 20-56  5-00  17-17  3-35  8-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **168**  **Пром.произв**  **951**  **206**  **Пром.произв**  **943** | **2-й день**  **завтрак**  Каша рисовая молочная  Батон пшеничный  Напиток кофейный  **обед**  Суп картофельный с бобовыми  Батон йодированный  Чай с сахаром | 210  40  200  250  40  200 | 3,09  2,4  0,5  5,49  2,4  0,2 | 4,07  0,3  -  5,28  0,3  - | 36,98  16,2  31,5  16,33  16,2  14,00 | 197  75  128  134,75  75  28 | 18-38  2-95  5-00  19-40  3-35  5-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **694**  **50**  **868**  **Пром.произв**  **208**  **Пром.произв**  **943** | **3-й день**  **завтрак**  Картофельное пюре  Икра из кабачков  Компот из смеси сухофруктов  Батон пшеничный  **обед**  Суп картофельный с макаронными изделиями  Батон йодированный  Чай с сахаром | 150  60  200  40  250  40  200 | 3,06  1,20  0,4  2,4  2,69  2,4  0,2 | 4,80  5,40  -  0,3  2,84  0,3  - | 20,45  5,10  24,76  16,2  17,14  16,2  14,00 | 137,25  73,20  94,20  75  104,75  75  28 | 10-60  8-44  7-00  2-95  16-74  3-35  5-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **449**  **959**  **170**  **Пром.произв**  **943** | **4-й день**  **завтрак**  Оладьи с повидлом    Какао с молоком  **обед**  Борщ из свежей капусты с картофелем  Батон йодированный  Чай с сахаром | 130  200  250  40  200 | 9,05  3,52    1,81  2,4  0,2 | 8,11  3,72  4,91  0,3  - | 55,15  25,49  125,25  16,2  14,00 | 330  145,2  102,50  75  28 | 19-40  8-00  18-33  3-35  5-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **168**  **943**  **Пром.произв**  **197**  **Пром.произв**  **869** | **5-й день**  **завтрак**  Каша манная  Чай с сахаром  Хлеб ржаной  **обед**  Рассольник «Петербургский»  Батон йодированный  Кисель из свежих плодов | 210  200  40  250  40  200 | 3,40  0,2  2,4  2,00  2,4  0,14 | 3,96  -  0,3  5,11  0,3  0,04 | 27,83  14,00  16,2  16,93  16,2  27,50 | 161,00  28  75  121,75  75  110,80 | 17-02  5-00  2-31  19-48  3-35  6-92 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **168**  **454**  **943**  **200**  **Пром.произв**  **869** | **6-й день**  **завтрак**  Каша гречневая с сахаром молочная  Пирожки сдобные с повидлом  Чай с сахаром  **обед**  Суп картофельный  Батон йодированный  Компот из свежих плодов | 160  60  200  250  40  200 | 4,67  3,5  0,2  2,34  2,4  0,20 | 4,86  3,75  -  2,83  0,3  0,20 | 25,83  34,77  14,00  16,64  16,2  22,30 | 166  187  28  101,25  75  110 | 4-23  15-90  5-00  17-60  3-35  8-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **336**  **488**  **868**  **Пром.произв**  **206**  **Пром.произв**  **943** | **7-й день**  **завтрак**  Капуста тушенная  Макароны отварные  Компот из смеси сухофруктов витаминизированный  Батон пшеничный  **обед**  Суп картофельный с бобовыми  Батон йодированный  Чай с сахаром | 75  150  200  40  250  40  200 | 1,35  5,52  0,4  2,4  5,49  2,4  0,2 | 3,24  4,52  -  0,3  5,28  0,3  - | 17,26  26,45  24,76  16,2  16,33  16,2  14,00 | 106,76  168,45  94,20  75  134,75  75  28 | 7-65 8-34  7-00  2-95  19-79  3-35  5-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **177**  **943**  **Пром.произв**  **170**  **Пром.произ**  **951** | **8-й день**  **завтрак**  Каша «Дружба» с изюмом  Чай с сахаром  Батон йодированный  **обед**  Борщ из свежей капусты с картоф.  Хлеб ржаной  Напиток кофейный | 200/5  200  40  250  40  200 | 10,44  0,2  2,4  1,81  2,4  0,5 | 11,11  -  0,3  4,91  0,3 | 41,30  14,00  16,2  125,25  16,2  31,5 | 307,00  28  75  102,50  75  128 | 20-09  5-00  3-35  18-33  2-31  5-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **93**  **Пром.произв**  **951**  **187**  **Пром. произ**  **859** | **9-й день**  **завтрак**  Суп молочный с макаронными изделиями  Батон пшеничный  Напиток кофейный  **обед**  Щи из свежей капусты с картофелем  Батон йодированный  Компот из свежих плодов | 250  40  200  250  40  200 | 7,19  3,95  0,5  1,75  2,4  0,2 | 6,51  4,25  -  4,89  0,3  0,2 | 23,55  29,05  31,5  8,49  16,2  22,30 | 181,50  171,5  128  84,75  75  110 | 17-61  2-95  5-00  17-17  3-35  8-00 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |
| **33**  **694**  **629**  **Пром. произ**  **204**  **Пром. произ**  **869** | **10-й день**  **завтрак**  Салат из свёклы отварной  Картофельное пюре  Чай с сахаром  Хлеб ржаной  **обед**  Суп картофельный с рисовой крупой  Батон пшеничный  Кисель из свежих плодов | 60  150  200  40  250  40  200 | 0,86  3,06  0,2  2,4  1,98  2,4  0,14 | 3,65  4,80  -  0,3  2,74  0,3  0,04 | 5,02  20,45  14,00  16,2  14,58  16,2  27,50 | 56,34  137,25  28  75  90,75  75  110,80 | 7-50  10-60  5-00  2-31  18-80  2-95  6-92 |
|  |  |  |  |  | **54-08** |

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.