

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор

АО "Уральский комбинат

питания"

Куравин Ф.В.



Примерное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений

обучающиеся с 7 до 11 лет

осваивающие программы начального общего образования:
с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды

с 1 янв 2024

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 78,78 руб. (обед)

Категории:

- Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы начального общего образования: обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24,34	22,09	86,14	662,79
	ОБЕД		24,34	22,09	86,14	662,79
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
291/17	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	705				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			26,03	28,96	86,46	734,29
	ОБЕД		26,03	28,96	86,46	734,29
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой с фрикадельками	205	2,57	9,24	18,04	169,72
260/17	Гуляш из птицы (грудка)	100	14,25	16,66	5,27	232,00
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5,64	2,84	36,00	201,00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
	Итого:	735				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25,39	18,89	90,04	654,56
	ОБЕД		25,39	18,89	90,04	654,56
57/16	Икра кабачковая	60	1,14	0,00	4,62	23,04
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	210	2,64	3,56	11,76	93,00
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11,84	10,06	16,03	208,00
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
	Итого:	730				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			28,25	34,75	77,80	760,06
	ОБЕД		28,25	34,75	77,80	760,06
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0,72	6,05	5,14	77,90
99/17	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	210	6,51	12,28	11,17	187,78
ТТК 209	Азу из мяса птицы по домашнему	260	18,35	16,26	39,62	389,81
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
	Итого:	750				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			27,56	25,16	96,91	749,18
	ОБЕД		27,56	25,16	96,91	749,18
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00

113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
182/06	Ежики в соусе	110	5,73	16,34	10,38	215,00
54/21	Гороховое пюре	150	16,26	4,03	33,97	247,30
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,00	0,10	31,00	135,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		745				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24,64	34,16	85,36	767,70
ОБЕД			24,64	34,16	85,36	767,70
35/17	Салат картофельный (картофель, лук репч., масло раст.)	60	1,14	3,22	8,97	69,39
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК 218	Бигус с птицей	200	16,48	25,76	10,39	345,00
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,02		29,31	123,16
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		705				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,47	28,46	92,17	748,73
ОБЕД			20,47	28,46	92,17	748,73
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0,72	6,05	5,14	77,90
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	210	4,65	6,92	12,49	134,27
ТТК 203	Тeftели "Крепыш" в соусе	100	9,63	12,61	8,51	189,68
304/17	Рис отварной	150	3,81	2,72	40,00	208,48
346/17	Напиток апельсиновый	200	0,14		16,19	89,23
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		740				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25,10	35,93	73,25	737,34
ОБЕД			25,10	35,93	73,25	737,34
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной и фрикадельками	210	7,49	22,52	13,83	292,92
295/17	Котлеты из мяса птицы	90	11,84	10,06	16,03	208,00
303/14	Каша перловая вязкая	150	3,14	3,27	22,34	136,50
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		730				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			15,68	21,53	80,99	598,68
ОБЕД			15,68	21,53	80,99	598,68
57/16	Икра кабачковая	60	1,14	0,00	4,62	23,04
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК370	Голубцы ленивые	115	6,32	8,79	19,37	187,01
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		750				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21,29	34,03	84,24	750,41
ОБЕД			21,29	34,03	84,24	750,41
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00

102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	205	5,81	11,82	15,48	196,00
ГТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6,14	11,91	10,92	178,84
143/17	Рагу из овощей	150	5,77	10,08	30,69	244,00
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		740				
ДЕНЬ 11. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18,46	26,14	74,59	622,90
	ОБЕД		18,46	26,14	74,59	622,90
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00
96/17	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	205	1,96	4,45	13,72	102,73
182/06	Ежики в соусе	110	5,73	16,34	10,38	215,00
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,00	0,10	31,00	135,00
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		745				
ДЕНЬ 12. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			29,87	60,96	76,54	987,46
	ОБЕД		29,87	60,96	76,54	987,46
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0,72	6,05	5,14	77,90
87/17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и мясом птицы	210	13,00	18,00	12,27	263,08
260/17	Гуляш из мяса	100	8,99	33,91	3,29	354,31
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5,64	2,84	36,00	201,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		740				
ДЕНЬ 13. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18,93	18,23	59,68	490,53
	ОБЕД		18,93	18,23	59,68	490,53
45/17	Салат из белокочанной капусты	60	0,94	3,06	5,66	55,26
101/17	Суп картофельный с рисовой крупой с фрикадельками	205	2,57	9,24	18,04	169,72
229/17	Рыба, тушенная с овощами	100	12,38	5,61	6,30	125,21
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		755				
ДЕНЬ 14. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,68	19,65	76,96	578,02
	ОБЕД		20,68	19,65	76,96	578,02
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00
113/17	Суп - лапша домашняя с мясом птицы	205	3,09	4,61	12,54	107,36
268/17	Шницель мясной	90	10,18	9,74	10,17	169,06
303/17	Каша пшеничная вязкая	150	4,23	5,00	24,21	158,80
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	73,80
Итого:		735				
ДЕНЬ 15. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			28,15	29,68	81,88	732,07
	ОБЕД		28,15	29,68	81,88	732,07
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00
99/17	Суп из овощей со сметаной и фрикадельками	210	6,51	12,28	11,17	187,78
291/17	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	73,80
Итого:		700				

ДЕНЬ 16. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			31,15	41,41	108,80	953,99
	ОБЕД		31,15	41,41	108,80	953,99
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0,72	6,05	5,14	77,90
87/17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и мясом птицы	210	13,00	18,00	12,27	263,08
ТТК 298	"Чикенболлы" в соусе	105	6,14	11,91	10,92	178,84
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	5,19	39,63	250,00
394/16	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	1,00	0,10	31,00	135,00
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	49,17
Итого:		745				
ДЕНЬ 17. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23,84	18,18	78,00	592,34
	ОБЕД		23,84	18,18	78,00	592,34
54-283/23	Свекла отварная дольками	60	0,90	0,06	5,28	27,00
102/17	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	205	5,81	11,82	15,48	196,00
ТТК 269	Жаркое "Пикантное"	200	14,09	5,98	27,56	229,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		705				
ДЕНЬ 18. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25,30	21,10	103,29	730,54
	ОБЕД		25,30	21,10	103,29	730,54
62/17	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	16,92	74,71
82/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и фрикадельками	210	2,64	3,56	11,76	93,00
291/17	Плов из филе птицы	200	17,73	17,16	42,90	409,09
394/16	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15		12,03	55,40
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		710				
ДЕНЬ 19. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18,23	33,76	78,93	731,44
	ОБЕД		18,23	33,76	78,93	731,44
612/04	Маринад овощной с томатом	60	0,72	6,05	5,14	77,90
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями с фрикадельками	205	3,96	4,86	17,01	131,81
278/14	Тефтели мясные с соусом	110	9,15	14,97	10,60	217,68
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	21,99	176,30
346/17	Напиток апельсиновый	200	0,14		16,19	89,23
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,08	8,00	38,52
Итого:		745				
ДЕНЬ 20. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23,91	32,92	67,97	682,23
	ОБЕД		23,91	32,92	67,97	682,23
70/17	Овощи солёные порционные (огурцы)	60	0,48	0,00	1,02	6,00
35/06	Свекольник со сметаной и фрикадельками	210	4,65	6,92	12,49	134,27
ТТК 218	Бигус с птицей	200	16,48	25,76	10,39	345,00
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,02		29,31	123,16
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	73,80
Итого:		700				