

Н.В. Колбасина

ИП Галицын И.В.

И.В. Галицын

Игорь  
Викторович

**для учащихся с ОВЗ**

**МБОУ ТСОШ № 2**

**с 1 сентября 2024 год (149,94 руб.)**

| Наименование блюда                          | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | Цена   |
|---------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|--------|
|                                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                |        |
| День первый (1 неделя)                      |           |                  |       |          |                            |                |        |
| Завтрак                                     |           |                  |       |          |                            |                |        |
| Курица тушёная                              | 100       | 12,93            | 9,84  | 9,93     | 222                        | 290            | 48,81  |
| Каша пшеничная с маслом                     | 155       | 5,04             | 2,99  | 42,7     | 240                        | 171            | 10,79  |
| Капуста тушеная                             | 60        | 0,13             | 0,05  | 6,5      | 9                          | 139            | 7,62   |
| Хлеб пшеничный                              | 40        | 3,95             | 0,5   | 24       | 53                         | Пр             | 2,8    |
| Сливочное масло                             | 15        | 0,2              | 10,5  | 0,2      | 102                        | 14             | 11     |
| Чай                                         | 200       | 0,1              | 0,02  | 6,2      | 63                         | 376            | 2,98   |
| Итого:                                      | 570       | 22,35            | 23,9  | 89,53    | 689                        | -              | 84     |
| Обед                                        |           |                  |       |          |                            |                |        |
| Суп картофельный с макаронными<br>изделиями | 250       | 5,07             | 8,78  | 20,7     | 208                        | 112            | 10,52  |
| Тефтели                                     | 100       | 10,02            | 14,33 | 0,56     | 298                        | 243            | 34,62  |
| Макароны отварные                           | 180       | 5,91             | 8,64  | 29,4     | 135                        | 312            | 10,15  |
| Хлеб пшеничный                              | 40        | 3,95             | 0,5   | 24       | 58                         | Пр             | 2,65   |
| Сок фруктовый                               | 200       | 0,4              | 0,5   | 8,25     | 84                         | -              | 8      |
| Итого:                                      | 770       | 25,35            | 32,75 | 82,91    | 783                        | -              | 65,94  |
| Всего:                                      | 1340      | 47,7             | 56,65 | 172,44   | 1472                       | -              | 149,94 |



| День второй                  |      |       |       |        |        |     |        |
|------------------------------|------|-------|-------|--------|--------|-----|--------|
| Завтрак                      |      |       |       |        |        |     |        |
| Биточки из мяса птицы        | 90   | 12,05 | 11,26 | 12,8   | 263    | 294 | 49,41  |
| Макароны отварные с маслом   | 155  | 4,7   | 5,07  | 31,9   | 148    | 205 | 13,05  |
| Свекла отварная              | 60   | 0,32  | 0,18  | 4,35   | 22     | 52  | 9,24   |
| Хлеб пшеничный               | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,8    |
| Кисель пл/ягодный            | 200  | 0,7   | 0,09  | 30     | 133    | Пр  | 9,5    |
| Итого:                       | 545  | 21,72 | 17,1  | 103,05 | 624    | -   | 84     |
| Обед                         |      |       |       |        |        |     |        |
| Борщ с капустой и картофелем | 250  | 6,3   | 8,99  | 27,13  | 250    | 82  | 10,53  |
| Курица тушеная               | 100  | 13,39 | 12,51 | 14,69  | 312    | 294 | 33,37  |
| Каша пшеничная с маслом      | 155  | 5,61  | 6,05  | 38,07  | 199    | 203 | 6,49   |
| Свекла отварная              | 60   | 0,17  | 0,09  | 0,87   | 18     | 52  | 1,53   |
| Хлеб пшеничный               | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,65   |
| Чай                          | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63     | 376 | 2,98   |
| Фрукты свежие (яблоко)       | 90   | 0,35  | 0,3   | 7,45   | 35,4   | -   | 8,39   |
| Итого:                       | 895  | 29,87 | 28,46 | 118,41 | 935,4  | -   | 65,94  |
| Всего:                       | 1440 | 51,59 | 45,56 | 221,46 | 1559,4 | -   | 149,94 |
| День третий                  |      |       |       |        |        |     |        |
| Завтрак                      |      |       |       |        |        |     |        |
| Шницель                      | 90   | 12,58 | 16,5  | 25     | 260    | 289 | 49,32  |
| Гречка отварная с маслом     | 155  | 8,85  | 9,55  | 40,1   | 258,7  | 171 | 13,49  |
| Зеленый горошек/бланшир./    | 50   | 0,87  | 0,5   | 0,2    | 102    | 14  | 8,89   |
| Хлеб пшеничный               | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,8    |
| Компот из с/х фруктов        | 200  | 0,68  | 0,03  | 35     | 103    | 349 | 9,5    |
| Итого:                       | 535  | 26,93 | 27,08 | 124,3  | 781,7  | -   | 84     |
| Обед                         |      |       |       |        |        |     |        |
| Суп картофельный с бобовыми  | 250  | 7,61  | 9,34  | 16,94  | 246    | 102 | 10,78  |
| Биточки из мяса птицы        | 100  | 12,58 | 16,5  | 25     | 260    | 289 | 34,88  |
| Хлеб пшеничный               | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,65   |
| Каша ячневая с маслом        | 185  | 3,93  | 10,24 | 30,98  | 221    | 401 | 6,26   |



[illegible]



|                                     |      |       |       |        |        |     |        |
|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|--------|-----|--------|
| Суп картофельный с пшеничной крупой | 250  | 6,9   | 7,73  | 24,99  | 247    | 101 | 10,24  |
| Шницель                             | 90   | 12,58 | 16,5  | 25     | 260    | 289 | 28,73  |
| Каша гречневая с маслом             | 150  | 5,91  | 8,64  | 29,4   | 143    | 312 | 12,95  |
| Хлеб пшеничный                      | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,65   |
| Чай                                 | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63     | 376 | 2,98   |
| Фрукты (яблоко)                     | 90   | 0,35  | 0,3   | 7,45   | 35,4   | -   | 8,39   |
| Итого:                              | 820  | 29,79 | 33,69 | 117,04 | 806,4  | -   | 65,94  |
| Всего:                              | 1370 | 50,39 | 48,54 | 213,04 | 1328,4 | -   | 149,94 |
| <b>День шестой (2 неделя)</b>       |      |       |       |        |        |     |        |
| <b>Завтрак</b>                      |      |       |       |        |        |     |        |
| Плов с мясом курицы                 | 200  | 15,64 | 14,37 | 35,51  | 356    | 291 | 52,83  |
| Зеленый горошек (бланширов.)        | 50   | 0,87  | 0,5   | 10,86  | 22     | Пр  | 8,89   |
| Хлеб пшеничный                      | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 53     | Пр  | 2,8    |
| Сливочное масло                     | 20   | 0,2   | 10,5  | 0,2    | 102    | 14  | 13,5   |
| Чай каркаде                         | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63     | 376 | 5,98   |
| Итого:                              | 510  | 20,76 | 25,89 | 76,77  | 596    | -   | 84     |
| <b>Обед</b>                         |      |       |       |        |        |     |        |
| Суп-лапша домашняя                  | 250  | 9,8   | 20,31 | 35,26  | 306    | 113 | 11,59  |
| Сосиски отварные                    | 100  | 8,9   | 11,61 | 31,02  | 396    | 294 | 24,18  |
| Пюре картофельное                   | 150  | 5,61  | 6,05  | 38,07  | 179    | 203 | 19,52  |
| Хлеб пшеничный                      | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,65   |
| Сок фруктовый                       | 200  | 0,4   | 0,5   | 9,85   | 103    | -   | 8      |
| Итого:                              | 740  | 28,66 | 38,97 | 138,2  | 1042   | -   | 65,94  |
| Всего:                              | 1250 | 49,42 | 64,86 | 214,97 | 1638   | -   | 149,94 |
| <b>День седьмой</b>                 |      |       |       |        |        |     |        |
| <b>Завтрак</b>                      |      |       |       |        |        |     |        |
| Котлета рубленая                    | 90   | 8,02  | 11,61 | 27,92  | 356    | 294 | 51,03  |
| Макароны отварные с маслом          | 155  | 4,7   | 5,07  | 31,9   | 148    | 203 | 13,05  |
| Капуста тушёная                     | 60   | 0,4   | 0,74  | 15,56  | 15     | 139 | 7,62   |
| Хлеб пшеничный                      | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 53     | Пр  | 2,8    |



|                                                |      |       |       |        |        |     |        |
|------------------------------------------------|------|-------|-------|--------|--------|-----|--------|
| Компот из сухофруктов                          | 200  | 0,68  | 0,1   | 35,5   | 147    | 349 | 9,5    |
| Итого:                                         | 545  | 17,75 | 18,02 | 134,88 | 719    | -   | 84     |
| <b>Обед</b>                                    |      |       |       |        |        |     |        |
| Суп картофельный с клёцками                    | 250  | 3,9   | 17,05 | 23,8   | 198    | 91  | 10,58  |
| Плов из мяса курицы                            | 200  | 16,54 | 14,74 | 78,97  | 456    | 291 | 41,34  |
| Хлеб пшеничный                                 | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,65   |
| Чай                                            | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63     | 376 | 2,98   |
| Фрукты (яблоко)                                | 90   | 0,35  | 0,3   | 7,45   | 35,4   | -   | 8,39   |
| Итого:                                         | 780  | 24,84 | 32,61 | 140,42 | 810,4  | -   | 65,94  |
| Всего:                                         | 1325 | 42,59 | 50,63 | 275,3  | 1529,4 | -   | 149,94 |
| <b>День восьмой</b>                            |      |       |       |        |        |     |        |
| <b>Завтрак</b>                                 |      |       |       |        |        |     |        |
| Печень по строгоновски                         | 120  | 9,68  | 5,1   | 37,4   | 284    | 315 | 36,72  |
| Пюре картофельное                              | 180  | 4,92  | 7,2   | 24,5   | 112    | 312 | 22,74  |
| Огурцы, помидоры (свежие, соленые – по сезону) | 60   | 0,3   | 0,17  | 1      | 20     | Пр  | 9,76   |
| Хлеб пшеничный                                 | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 53     | Пр  | 2,8    |
| Кондитерские изделия (пряник,печенье)          | 30   | 0,9   | 10,5  | 8,4    | 1196   |     | 9      |
| Чай                                            | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63     | 376 | 2,98   |
| Итого:                                         | 630  | 19,85 | 23,49 | 101,5  | 1728   |     | 84     |
| <b>Обед</b>                                    |      |       |       |        |        |     |        |
| Суп картофельный с перловой крупой и томатом   | 250  | 5,49  | 8,27  | 20,79  | 202    | 101 | 8,04   |
| Биточки из мяса птицы                          | 100  | 15,64 | 8,19  | 37,4   | 284    | 315 | 31,71  |
| Макароны отварные с маслом                     | 185  | 5,91  | 8,64  | 29,4   | 135    | 312 | 12,15  |
| Хлеб пшеничный                                 | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58     | Пр  | 2,65   |
| Чай каркаде                                    | 200  | 0,5   | 0,2   | 18,15  | 129    | 376 | 3      |
| Фрукты (яблоко)                                | 90   | 0,35  | 0,3   | 7,45   | 35,4   |     | 8,39   |
| Итого:                                         | 865  | 31,84 | 26,1  | 137,19 | 843,4  |     | 65,94  |
| Всего:                                         | 1495 | 51,69 | 49,59 | 238,69 | 2571,4 | -   | 149,94 |
| <b>День девятый</b>                            |      |       |       |        |        |     |        |



| Завтрак                                       |      |       |       |        |       |     |        |
|-----------------------------------------------|------|-------|-------|--------|-------|-----|--------|
| Кнели с рисом                                 | 90   | 10,84 | 12,52 | 13,28  | 295   | 301 | 47,05  |
| Макароны отварные с маслом                    | 155  | 4,7   | 5,07  | 31,9   | 148   | 205 | 13,65  |
| Масло сливочное                               | 15   | 3,64  | 4,4   | -      | 72    | 15  | 11     |
| Хлеб пшеничный                                | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 53    | Пр  | 2,8    |
| Компот из с/х фруктов                         | 200  | 0,68  | 0,03  | 35,5   | 103   | 349 | 9,5    |
| Итого:                                        | 500  | 23,81 | 22,52 | 104,68 | 671   |     | 84     |
| Обед                                          |      |       |       |        |       |     |        |
| Щи со свежей капустой и картофелем            | 250  | 5,64  | 9,93  | 28,28  | 222   | 88  | 10,5   |
| Котлета рубленая                              | 100  | 16,54 | 14,74 | 78,97  | 456   | 291 | 39,53  |
| Каша ячневая с маслом                         | 185  | 0,18  | 1,05  | 0,6    | 12    | 203 | 6,26   |
| Хлеб пшеничный                                | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58    | Пр  | 2,65   |
| Компот из с/х фруктов                         | 200  | 0,68  | 0,03  | 35,5   | 103   | 349 | 7      |
| Итого:                                        | 775  | 26,99 | 26,25 | 167,35 | 851   |     | 65,94  |
| Всего:                                        | 1275 | 50,8  | 48,77 | 272,03 | 1522  | -   | 149,94 |
| День десятый                                  |      |       |       |        |       |     |        |
| Завтрак                                       |      |       |       |        |       |     |        |
| Гуляш                                         | 90   | 17,74 | 17,64 | 54,65  | 450   | 259 | 53,47  |
| Гречка отварная с маслом                      | 155  | 8,85  | 9,55  | 40,1   | 258,7 | 171 | 15,51  |
| Свекла отварная                               | 60   | 0,36  | 0,2   | 1,2    | 24    | 52  | 9,24   |
| Хлеб пшеничный                                | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 53    | Пр  | 2,8    |
| Чай                                           | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63    | 376 | 2,98   |
| Итого:                                        | 545  | 31    | 27,91 | 126,15 | 848,7 |     | 84     |
| Обед                                          |      |       |       |        |       |     |        |
| Суп картофельный с пшеничной крупой и томатом | 250  | 8,88  | 7,87  | 25,01  | 249   | 101 | 10,53  |
| Кнели из мяса птицы                           | 100  | 17,74 | 17,64 | 54,65  | 450   | 259 | 34,9   |
| Каша пшеничная с маслом                       | 185  | 0,18  | 1,05  | 0,6    | 12    | 203 | 6,49   |
| Хлеб пшеничный                                | 40   | 3,95  | 0,5   | 24     | 58    | Пр  | 2,65   |
| Чай                                           | 200  | 0,1   | 0,02  | 6,2    | 63    | 376 | 2,98   |
| Фрукты (яблоко)                               | 90   | 0,35  | 0,3   | 7,45   | 35,4  |     | 8,39   |

|                           |                  |               |               |                 |                                    |                        |               |
|---------------------------|------------------|---------------|---------------|-----------------|------------------------------------|------------------------|---------------|
| Итого:                    | 865              | 31,2          | 27,38         | 117,91          | 867,4                              |                        | 65,94         |
| Всего:                    | 1410             | 62,2          | 55,29         | 244,06          | 1716,1                             | -                      | 149,94        |
| <b>Наименование блюда</b> | <b>Вес блюда</b> | <b>Белки</b>  | <b>Жиры</b>   | <b>Углеводы</b> | <b>Энергетическая<br/>ценность</b> | <b>№<br/>рецептуры</b> | <b>Цена</b>   |
| <b>Всего:</b>             | <b>13680</b>     | <b>513,09</b> | <b>533,19</b> | <b>2271,09</b>  | <b>16544,2</b>                     |                        | <b>1499,4</b> |
| <b>Среднее:</b>           | <b>1368</b>      | <b>51,3</b>   | <b>53,3</b>   | <b>227,1</b>    | <b>1654,4</b>                      | <b>0</b>               | <b>149,94</b> |