

«Согласовано»  
Директор  
МОБУ СОШ № 26



« Утверждаю »  
Директор

ООО «Татарское национальное образование»



## Примерное двухнедельное меню

бесплатного горячего питания

детей 1 - 4 классов (возрастной категории 7-11 лет)

с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов  
на сентябрь-декабрь 2023г.  
стоимостью 64 рубля 02 копейки

г. Татаргол  
2023 г



<b>5 День</b>													
260	Гуляш	90	9,57	25,31	2,60	278,10	0,28	0,92	0,00	20,00	128,62	22,39	2,21
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,02	0,00	0,00	4,13	55,58	18,00	0,37
Т.24 Овощная закуска													
630	Чай с молоком сгущенным	200	3,00	5,90	0,90	68,70	0,02	5,80	0,00	18,74	25,96	11,72	0,50
	Хлеб йодированный	17	1,60	1,60	17,30	90,00	0,02	0,60	0,00	66,00	50,00	12,00	0,80
	<b>Итого:</b>	<b>517</b>	<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>6,50</b>	<b>31,60</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>3,91</b>	<b>14,79</b>	<b>5,61</b>	<b>0,34</b>
			<b>20,79</b>	<b>37,43</b>	<b>53,75</b>	<b>636,96</b>	<b>0,37</b>	<b>7,32</b>	<b>0,00</b>	<b>112,78</b>	<b>274,95</b>	<b>69,72</b>	<b>4,22</b>
<b>2 неделя</b>													
<b>1 День</b>													
	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	220	8,31	13,11	37,62	301,71	0,21	0,96	54,80	158,95	264,86	72,05	2,12
173	Бутерброд с колбасой в/к	50	5,58	8,32	13,19	149,96	0,06	0,10	100,80	223,10	154,08	15,12	0,78
630	Чай с молоком сгущенным	200	1,60	1,60	17,30	90,00	0,02	0,60	0,00	66,00	50,00	12,00	0,80
	Фрукты свежие	120	0,70	0,70	17,07	77,34	0,01	10,26	0,00	14,98	16,98	9,05	0,28
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>16,19</b>	<b>23,73</b>	<b>85,18</b>	<b>619,01</b>	<b>0,30</b>	<b>11,92</b>	<b>155,60</b>	<b>463,03</b>	<b>485,92</b>	<b>108,22</b>	<b>3,98</b>
<b>2 День</b>													
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	14,95	23,80	268,75	0,05	3,73	5,82	39,07	162,19	48,53	0,85
310	Картофель отварной	150	3,00	8,15	27,30	194,55	0,15	45,00	0,00	12,00	75,00	22,50	1,80
71	Овощная закуска	60	0,35	0,05	0,95	6,00	0,02	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб йодированный	18	1,10	0,10	6,50	31,60	0,03	0,00	0,00	3,91	14,79	5,61	0,34
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>14,33</b>	<b>23,27</b>	<b>73,75</b>	<b>562,40</b>	<b>0,25</b>	<b>54,01</b>	<b>5,82</b>	<b>77,68</b>	<b>271,38</b>	<b>86,04</b>	<b>3,60</b>
<b>3 День</b>													
<b>Т.24 Овощная закуска</b>													
268	Котлета рубленая мясная	60	0,86	1,32	7,06	43,56	0,02	1,51	0,70	11,20	11,90	18,55	0,21
171	Каша пшеничная рассыпчатая	90	8,47	16,20	10,25	220,68	0,18	2,15	10,10	12,74	82,39	17,53	1,06
376	Чай с сахаром	150	6,84	9,19	39,23	266,99	0,18	0,00	40,00	28,45	140,01	50,19	1,65
	Хлеб йодированный	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	<b>Итого:</b>	<b>21</b>	<b>2,19</b>	<b>0,25</b>	<b>13,20</b>	<b>63,81</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,50</b>	<b>25,80</b>	<b>9,50</b>	<b>0,30</b>
		<b>521</b>	<b>18,43</b>	<b>26,98</b>	<b>81,72</b>	<b>643,42</b>	<b>0,41</b>	<b>3,76</b>	<b>60,80</b>	<b>63,84</b>	<b>268,34</b>	<b>100,17</b>	<b>4,08</b>

4 День													
78	Овощная закуска	60	1,44	4,56	7,80	78,00	0,03	6,60	0,00	39,00	59,00	18,00	6,60
487	Окорочка куриные отварные	90	17,28	5,66	7,09	148,42	0,07	1,70	0,07	20,00	156,00	18,00	1,60
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	9,55	39,86	280,79	0,21	0,00	40,00	26,39	210,35	140,52	4,73
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Хлеб йодированный	10	0,95	0,12	5,80	28,06	0,06	0,00	0,00	8,11	30,67	11,63	0,71
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>28,59</b>	<b>19,91</b>	<b>72,53</b>	<b>583,65</b>	<b>0,37</b>	<b>8,40</b>	<b>50,07</b>	<b>98,45</b>	<b>464,26</b>	<b>192,55</b>	<b>14,50</b>
5 День													
278/331	Тефтели с соусом	120	11,84	16,15	122,55	258,50	0,20	1,43	16,99	30,56	83,42	17,47	5,10
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,56	0,02	0,00	0,00	4,13	55,58	18,00	0,37
	Кондитерское изделие	25	2,20	2,90	12,30	84,10	0,02	0,00	3,00	9,00	27,00	6,00	0,60
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	48,38	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Хлеб йодированный	38	2,66	0,32	16,17	78,20	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
	<b>Итого:</b>	<b>533</b>	<b>22,29</b>	<b>23,91</b>	<b>189,45</b>	<b>637,74</b>	<b>0,29</b>	<b>1,53</b>	<b>29,99</b>	<b>55,54</b>	<b>200,34</b>	<b>55,77</b>	<b>7,53</b>

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной

Технолог \_\_\_\_\_ Л.В. Серебрянская

