

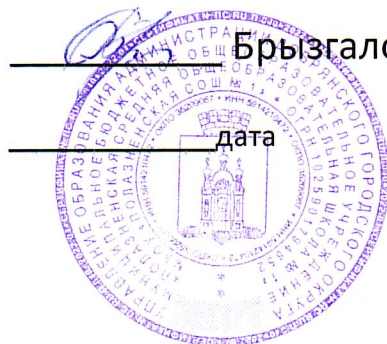
Утверждено: ИП Козлова Т.Д.



Козлова Т.Д.

дата

Согласовано:



Брызгалова О.М.

дата

10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ОВЗ

Утверждено: ИП Козлова Т.Д.

Согласовано:

_____ Козлова Т.Д.

_____ Брызгалова О.М.

_____ дата

_____ дата

10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ОВЗ

День 1

Возрастная категория: дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
253	Каша рисовая на молоке с маслом	150/5	4,71	8,86	27,75	209,55
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
140	Суп щи из свежей капусты	200	1,28	3,84	4,98	60,6
291	Макароны отварные	100	3,76	0,44	19,36	96,6
410	Фрикаделька куриная	50	7,13	6,2	3,8	99,3
108	Хлеб	50	3,5	0,0	24,5	117,5
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
	ВСЕГО		22,58	19,34	110,09	714,05

День 2

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
260	Каша Дружба на молоке с маслом	150/5	4,00	10,00	24,00	226,0
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
126	Суп борщ из свежей капусты	200	1,20	3,80	5,60	62,60
388	Тефтели с соусом	60	6,00	6,00	3,60	102,0
237	Каша гречневая	100	5,00	5,00	27,0	189,0
439	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	50	3,5	0,0	24,5	117,5
	ВСЕГО		22,0	24,8	129,4	887,6

День 3

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
262	Каша манная на молоке с маслом	150/5	4,50	4,50	22,50	160,50
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
144	Суп гороховый	200	1,8	3,4	12,0	86,4
318	Пудинг творожно-рисовый с повидлом	150/30	8,5	8,4	37,7	261,0
439	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	50	3,5	0,0	24,5	117,5
	ВСЕГО		20,6	16,3	141,4	815,9

День 4

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
256	Каша пшенная на молоке с маслом	150/5	6,45	8,85	28,5	220,35
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
147	Суп с макаронными изделиями	200	2,0	2,2	15,0	89,0
345	Котлета рыбная	50	6,5	1,0	4,65	56,5
429/423	Сложный гарнир	100/50	2,1/1,85	4,4/1,8	10,9/1,95	92,0/31,5
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	50	3,5	0,0	24,5	117,5
	ВСЕГО		24,7	18,25	130,2	797,35

День 5

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
247	Каша геркулесовая на молоке с маслом	150/5	6,3	10,5	23,55	215,55
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
133	Суп рассольник	200	1,40	4,0	8,40	87,60
50	Макаронник с мясом	150	22,5	25,5	22,50	420,0
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	50	3,5	0,0	24,5	117,5
	ВСЕГО		36,0	40,0	123,65	1031,10

День 6

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
253	Каша рисовая на молоке с маслом	150/5	4,71	8,86	27,75	209,55
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
154	Суп Крестьянский	200	1,60	4,00	11,60	90,0
291	Макароны отварные	100	3,70	0,4	19,30	96,6
412	Котлета куриная	50	7,5	5,35	4,6	94,25
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,1	0,0	60,0
108	Хлеб	50	2,1	3,5	0,0	24,5
	ВСЕГО		21,9	22,21	92,95	705,15

День 7

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
260	Каша Дружба на молоке с маслом	150/5	4,00	10,00	24,00	226,0
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ЗАВТРАК						
140	Суп щи из свежей капусты	200	1,28	3,84	4,98	60,6
237	Кнели куриные с соусом	50	8,60	8,75	3,65	127,8
237	Каша гречневая	100	5,0	5,0	25,0	168,0
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,1	0,0	60,0
108	Хлеб	50	2,1	3,5	0,0	24,5
	ВСЕГО		23,28	31,19	87,33	797,4

День 8

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
262	Каша манная на молоке с маслом	150/5	4,50	4,50	22,50	160,50
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
126	Суп борщ из свежей капусты	200	1,20	3,80	5,60	62,60
372	Голубцы ленивые	60	5,10	4,98	2,40	75,0
240	Рис отварной	100	2,40	4,0	24,8	146,0
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,1	0,0	60,0
108	Хлеб	50	2,1	3,5	0,0	24,5
	ВСЕГО		6,7	20,88	85,0	659,1

День 9

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
256	Каша пшенная на молоке с маслом	150/5	6,45	8,85	28,5	220,35
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
144	Суп гороховый	200	1,8	3,4	12,0	86,4
349	Тефтели рыбные	60	5,22	3,18	5,76	75,6
291	Макароны отварные	100	3,7	0,4	19,3	96,6
48	Салат из квашеной капусты	40	0,64	4,04	1,2	43,6
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,1	0,0	60,0
108	Хлеб	50	2,1	3,5	0,0	24,5
	ВСЕГО		22,21	23,47	96,46	737,55

10 День

Возрастная категория дети ОВЗ

№ (рецепт)	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг/ценность
ЗАВТРАК						
247	Каша геркулесовая на молоке с маслом	150/5	6,3	10,5	23,55	215,55
493	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	30	2,1	0,0	14,7	70,5
ОБЕД						
147	Суп с макаронными изделиями	200	2,0	2,2	15,0	89,0
407	Рагу из курицы с картошкой	150	11,70	12,3	13,5	212,25
439	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
108	Хлеб	50	3,5	0,0	24,5	117,5
	ВСЕГО					