

Согласовано:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Средняя общеобразовательная
школа № 30»

Г. Новоалтайска»



Утверждаю:

Директор ООО «Кубера»



ООО «Кубера»

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ОВЗ

Средняя общеобразовательная Школа №30

г.Новоалтайска

Сезон: зимний

Технолог: Шишкин М.С.

Категория: с7до11 л и старше

2024

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОВЗ

(2-х недельное)

Сезон: Осене -Зимний

Категория: с 7 до 11 лет и старше

1 смена

завтрак

Меню на 1 неделю понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша молочная манная с маслом	160	3,84	6,56	24,32	222,00	21,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	6,47	6,86	53,96	352,60	29,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
124	Щи со свежей капустой и картофелем	250	2,00	4,30	6,90	73,00	26,50
451	Котлеты куриные с соусом	100	15,66	13,68	17,38	210,70	29,00
332	Спагетти отварные	180	7,00	8,20	47,00	294,00	10,00
638	Компот из изюма	200	0,00	0,00	42,20	180,00	10,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		790	29,64	27,47	140,87	908,00	80,50

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
709	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 1 неделю вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
110	Борщ со свежей капусты и картофеля	250	2,00	5,20	13,10	106,00	31,00
478	Залеканка картофельная с мясом	240	20,00	19,60	41,40	396,00	45,00
639	Компот из с/фруктов	200	0,60	0,00	31,40	150,00	11,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		750	27,58	26,09	113,29	802,30	92,00

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 1 неделю среда

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша молочная "Геркулес" с маслом	160	4,48	8,32	21,12	230,00	20,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	7,11	8,62	50,76	360,60	28,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
132	Рассольник "Ленинградский"	250	3,00	4,50	20,10	135,00	33,00
451	Котлеты куриные с соусом	100	15,66	13,68	17,38	210,70	29,00
520	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	196,20	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		790	27,62	27,57	106,15	750,20	91,00

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 1 неделю четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша молочная пшеничная с маслом	160	4,64	7,36	25,44	240,00	21,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	7,27	7,66	55,08	370,60	29,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
139	Суп гороховый	250	6,20	5,60	22,30	167,00	24,50
451	Рыбные палочки с соусом	80	15,66	13,68	17,38	210,70	29,00
332	Макароны отварные	180	7,00	8,20	47,00	294,00	9,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		770	34,04	28,77	129,07	880,00	73,50

0

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 1 неделю пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша пшеничная молочная с маслом	160	8,96	11,52	44,00	234,00	20,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	11,59	11,82	73,64	364,60	28,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
140	Суп с лапшой	250	2,90	2,50	21,00	120,00	28,00
462	Тефтели куриные с соусом	100	8,14	17,36	10,82	264,00	30,00
330	Пюре гороховое	180	16,92	8,28	40,14	306,00	10,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		790	33,14	29,43	114,35	898,30	79,00

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 2 неделю понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша молочная манная с маслом	160	3,84	6,56	24,32	222,00	20,50
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	6,47	6,86	53,96	352,60	29,00

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
124	Щи со свежей капустой и картофелем	250	2,00	4,30	6,90	73,00	26,50
451	Котлеты куриные с соусом	100	15,66	13,68	17,38	210,70	29,00
332	Макароны отварные	180	7,00	8,20	47,00	294,00	9,00
638	Компот из изюма	200	0,00	0,00	42,20	180,00	10,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		790	29,64	27,47	140,87	908,00	79,50

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 2 неделю вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша молочная рисовая с маслом	160	2,40	6,40	25,28	196,20	25,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	5,03	6,70	54,92	326,80	33,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
110	Борщ со свежей капусты и картофеля*	250	2,00	5,20	13,10	106,00	31,00
436	Жаркое по-домашнему	200	17,80	9,80	21,60	384,20	66,00
639	Компот из с/фруктов	200	0,60	0,00	31,40	150,00	11,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		710	25,38	16,29	93,49	790,50	113,00

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 2 неделю среда

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
132	Рассольник "Ленинградский"	250	3,00	4,50	20,10	135,00	33,00
315	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	180	13,86	26,08	85,03	634,10	47,50
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		690	22,04	31,87	147,52	977,40	91,50

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 2 неделю четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша молочная "Геркулес" с маслом	160	4,48	8,32	21,12	230,00	20,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		390	2,63	0,30	29,64	130,60	28,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
139	Суп гороховый	250	6,20	5,60	22,30	167,00	24,50
451	Рыбные палочки с соусом	80	15,66	13,68	17,38	210,70	29,00
332	Спагетти отварные	180	7,00	8,20	47,00	294,00	10,00
638	Компот из изюма	200	0,00	0,00	42,20	180,00	10,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		770	33,84	28,77	156,27	1002,00	78,50

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

завтрак

Меню на 2 неделю пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
302	Каша пшеничная молочная с маслом	160	8,96	11,52	44,00	334,80	20,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
Итого:		390	11,59	11,82	73,64	465,40	28,50

обед

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
181	Уха с рисом	250	7,00	1,10	18,20	107,00	30,50
451	Котлеты куриные с соусом	100	15,66	13,68	17,38	210,70	29,00
520	Картофельное пюре	200	3,78	8,10	26,28	196,20	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
ПОРЦ001	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,64	72,60	2,50
ПОРЦ002	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,70	2,50
Итого:		810	31,62	24,17	104,25	722,20	88,50

полдник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
769	Хлебо-булочное изделие	50	7,5	13,2	60,90	197,00	18,00
686	Чай	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6,00
Итого:		250	7,70	13,20	75,90	255,00	24,00

Пронумерованно и пронумерованно
на *7 листа* листах
Директор ООО "КУБЕРА"

М.С. Шишкин

