



**Меню**

« 18 » апрель 2023г.

День 7

**Обед учащихся 12-18 лет с ОВЗ 2 СМЕНА**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	
2	Салат из свеклы отварной	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	
3	Плов из свинины	280	21,14	20,72	48,94	478,8	265	
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
6	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
	<b>Итого</b>	<b>910</b>	<b>33,65</b>	<b>32,42</b>	<b>143,96</b>	<b>920,18</b>		

**Полдник учащихся 12-18 лет с ОВЗ 2 СМЕНА**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Омлет с сыром	100	9,25	13,12	1,73	163,69	211	
2	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
3	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
4	Фрукты (яблоко/груша/апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
	<b>Итого</b>	<b>440</b>	<b>12,67</b>	<b>13,74</b>	<b>41,89</b>	<b>345,59</b>		
	<b>Итого цена</b>							

Повар *[Подпись]*

Утверждаю директор  
СОШ № 10



Меню  
« 18 » апрель 2023г.  
от 11 лет и старше 1 смена  
7 день

№ п\п	Наименование блюд <u>Завтрак:</u>	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Салат из свеклы отварной	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	
2	Плов из свинины	200	15,10	14,80	34,96	342	265	
3	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349	
4	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>21,11</b>	<b>19,43</b>	<b>94,26</b>	<b>641,36</b>		

Повар

*В. В. Иванов*

Утверждаю директор

Утверждаю директор

Школа №



**Меню**

« 18 » апрель 2023г.

День 7

**Завтрак учащихся 7-11 лет**

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Салат из свеклы отварной	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	
2	Плов из свинины	200	15,10	14,80	34,96	342	265	
3	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349	
4	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	
5	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Дополнительное питание: Фрукт (груша, апельсин, банан)							
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>515</b>	<b>19,68</b>	<b>17,68</b>	<b>83,30</b>	<b>577,03</b>		

**Обед учащихся 7-11 лет**

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	
2	Салат из свеклы отварной	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	
3	Плов из свинины	240	18,12	17,76	41,95	410,4	265	
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
5	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,16	9,84	47	Н	
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Дополнительное питание: Фрукт (груша, апельсин, банан)							
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>27,07</b>	<b>26,19</b>	<b>113,35</b>	<b>748,32</b>		

Повар

*В. В. Карамасов*



**Меню**  
«18» \_\_\_\_\_ апрель \_\_\_\_\_ 2023г.  
День 7

**Завтрак учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 СМЕНА**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Омлет с сыром	150	17,92	19,43	2,55	347,5	211	
2	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
3	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	
4	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
5	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>505</b>	<b>21,92</b>	<b>20,15</b>	<b>67,21</b>	<b>560,45</b>		

**Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 СМЕНА**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	
2	Салат из свеклы отварной	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	
3	Плов из свинины	240	15,12	17,76	41,95	410,4	265	
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
5	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	
6	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Дополнительное питание: Фрукт (груша, апельсин, банан)							
	<b>Итого</b>	<b>755</b>	<b>24,68</b>	<b>26,24</b>	<b>115,75</b>	<b>762,17</b>		
	<b>Итого цена</b>							

Повар *В. Карамасин*

Школа №

Утверждаю директор



## Меню

« 18 » апрель 2023г.

День 7

## Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 2 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	
2	Салат из свеклы отварной	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	
3	Плов из свинины	240	18,12	17,76	41,95	410,4	265	
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
5	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,16	9,84	47	Н	
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
7	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>27,07</b>	<b>26,19</b>	<b>113,35</b>	<b>748,32</b>		

## Полдник учащихся 7-11 лет с ОВЗ 2 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Омлет с сыром	80	10,17	13,32	1,75	168,88	211	
2	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
3	Хлеб пшеничный 20	20	1,52	0,16	9,84	47	Н	
5	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
	Дополнительное питание: Фрукт (груша, апельсин, банан)							
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>12,23</b>	<b>13,78</b>	<b>32,07</b>	<b>298,78</b>		
	<b>Итого цена</b>							

Повар



**Меню**

« 18 » апрель 2023г.

День 7

**Завтрак учащихся 12-18 лет с ОВЗ 1 СМЕНА**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Омлет с сыром	180	16,65	23,62	3,11	294,64	211	
2	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
3	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
4	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
5	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>21,95</b>	<b>24,52</b>	<b>83,19</b>	<b>662,14</b>		

**Обед учащихся 12-18 лет с ОВЗ 1 СМЕНА**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	
2	Салат из свеклы отварной	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	
3	Плов из свинины	280	21,14	20,72	48,94	478,8	265	
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
6	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
	<b>Итого</b>	<b>900</b>	<b>28,67</b>	<b>29,63</b>	<b>137,72</b>	<b>855,81</b>		
	<b>Итого цена</b>							

Повар *В. В. Мухоморова*