



Меню приготавливаемых блюд  
 период: весенний  
 ОВЗ, ИПД



Блюдо	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев, г	ЭЦ, ккал	Рецептура
<b>10.04.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
Грудка в сметанном соусе <i>куриная грудка, сметана, соль</i>	90	16,4	7,9	9,0	172,1	
Гречка отварная с овощами <i>(лук, морковь)</i>	160	7,9	9,3	40,9	279,2	463 сб.1996
Хлеб "Богатырский" обогащ.витаминами	30	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПО "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Кофейный напиток	200	2,3	1,8	27,0	133,2	1024 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>28,6</b>	<b>18,8</b>	<b>100,5</b>	<b>686,1</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ из св.капусты со сметаной	250/5	1,8	6,2	12,2	111,7	176 сб.1981
Котлета	50	7,4	12,2	8,3	173,0	658 сб.1982
Макароны отварные	160	6,7	4,8	37,2	218,8	469 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПО "Урал"
Какао с молоком	200	5,5	5,5	18,1	144,0	1025 сб.1982
<b>Итого:</b>		<b>25,7</b>	<b>29,2</b>	<b>103,4</b>	<b>779,0</b>	
<b>11.04.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
Яичница по-деревенски с зел.горошком <i>(яйцо, картофель, молоко)</i>	230	12,3	11,8	27,0	263,7	
Хлеб "Богатырский" обогащ.витаминами	30	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПО "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Снежок	200	10,3	6,6	17,4	169,7	
Печенье Творожное	25гр	1,2	1,2	13,5	69,5	
<b>Итого:</b>		<b>26,5</b>	<b>18,9</b>	<b>80,2</b>	<b>596,9</b>	
<b>Обед</b>						
Суп куриный с вермишелью	250/25	8,3	5,7	20,6	167,1	233 сб.1981
Биточки рыбные (минтай)	90	11,5	6,8	14,9	166,8	510 сб.Сборник рец2010
Соус красный основной	10	0,1	0,2	0,7	5,2	824 сб.1982
Рис отварной с луком, морковью	170	4,3	10,6	43,0	284,3	465 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПО "Урал"
Компот из кураги	200	1,9	0,1	28,9	124,2	932 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>30,4</b>	<b>23,9</b>	<b>155,6</b>	<b>879,1</b>	
<b>12.04.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,7	5,5	3,9	68,2	учреждени

Жаркое по-домашнему <i>говядина, картофель, морковь, лук</i>	200	19,8	17,3	28,2	347,8	4 сб.ГорПо "Урал"
Хлеб "Богатырский" обогащ.витаминами	30	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Чай с молоком	200	1,0	1,0	7,4	42,5	1011 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>26,2</b>	<b>29,9</b>	<b>80,1</b>	<b>694,7</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	2,3	6,3	18,3	139,4	208 сб.1981
Биточки из кур	80	13,8	17,1	14,2	265,4	205 сб.справ москвы
Соус красный основной	5	0,1	0,1	0,4	3,1	528 сб.1996
Каша перловая	150	5,2	4,2	37,4	208,7	465 сб.1982
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПо "Урал"
Компот из свежих яблок	200	0,1		12,0	48,2	924 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>25,7</b>	<b>28,3</b>	<b>109,7</b>	<b>796,3</b>	
<b>13.04.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
Фрикадельки	70	10,3	15,4	10,0	219,8	
Пюре гороховое	160	36,9	7,2	76,9	519,8	
Хлеб "Богатырский" обогащ.витаминами	25	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Чай с сахаром	200	0,1		10,0	40,6	1009 сб.1981
Пирожное "Лакомка"	70гр	0,1	0,1	0,6	3,7	
<b>Итого:</b>		<b>51,2</b>	<b>23,2</b>	<b>122,3</b>	<b>902,3</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с дом.лапшой	250	3,1	3,3	20,2	123,2	235/1106 сб.1981
Пирог с картофелем, мясом	200	12,8	26,1	50,3	487,1	
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Компот из сухофруктов	200	1,1		34,0	140,4	933 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>18,7</b>	<b>29,6</b>	<b>115,5</b>	<b>803,3</b>	
<b>15.04.2024</b>						
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с сыром, маслом	25/15/15	6,2	15,1	14,0	216,8	
Каша рисовая с маслом	180/10	4,7	8,9	28,2	211,6	417 сб.1983
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Напиток из шиповника	200	0,5		16,0	66,2	628 сб.1996
Сок Джустик	200			23,0	92,0	
<b>Итого:</b>		<b>13,1</b>	<b>24,2</b>	<b>92,2</b>	<b>639,2</b>	
<b>Обед</b>						
Суп-пюре из картофеля с гренками <i>картофель, морковь, лук, молоко, гренки</i>	250/10	4,7	10,5	27,8	223,9	266 сб.1982
Печень тушенная в соусе	90	10,9	12,2	7,6	183,4	618 сб.1981
Макаронны отварные	150	6,3	4,5	34,9	205,1	469 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПо "Урал"
Компот из свежих фруктов	200мл	0,1	0,1	25,5	102,8	698 сб.1997
<b>Итого:</b>		<b>26,2</b>	<b>27,7</b>	<b>123,3</b>	<b>846,7</b>	
<b>16.04.2024</b>						
Бутерброд с сыром, маслом	25/10/10	4,8	10,2	13,9	166,5	3 сб.2005
Тфтели	80	11,1	17,0	25,5	299,2	423 сб.1996

Рагу овощное	170	2,8	8,3	19,0	161,8
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6 сб.Горло
Чай с сахаром, лимоном	200/10	0,2		6,3	26,3 1010 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>20,6</b>	<b>35,7</b>	<b>75,7</b>	<b>706,4</b>

### Обед

Помидор свежий	15	0,2		0,6	3,1 816 сб.1983
Суп гороховый	250	5,9	5,5	19,9	152,8 206 сб.2010
Мясо по-купечески (мясо, гречка)	180	16,6	16,8	36,1	362,0 642 сб.1982
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5 сб.ГорПО "Урал"
Кисель	200			5,0	20,0 883 сб.2005
<b>Итого:</b>		<b>26,9</b>	<b>22,9</b>	<b>89,0</b>	<b>669,4</b>

### 17.04.2024

### Завтрак

Бутерброд с маслом	25/5	2,2	3,9	13,8	98,9
Тефтели рыбные	100	12,4	4,9	14,4	151,4 сб.Горло
Картофельное пюре	150	3,4	5,1	23,8	154,2 472 сб.1996
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6 сб.Горло
Компот из сухофруктов	200	0,1	0,1	25,5	102,8 1011 сб.1981
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,0
<b>Итого:</b>		<b>20,6</b>	<b>14,4</b>	<b>96,0</b>	<b>594,9</b>

### Обед

Борщ из св.капусты со сметаной	200/5	1,5	5,1	9,8	91,4 176 сб.1981
Рулет мясной с яйцом	50	6,3	8,9	3,5	118,9
Рис отварной с луком, морковью	170	4,3	7,3	44,3	260,2 465 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5 сб.ГорПО "Урал"
Какао с молоком	200	5,5	5,5	18,1	144,0 1025 сб.1982
<b>Итого:</b>		<b>21,8</b>	<b>27,3</b>	<b>103,3</b>	<b>746,0</b>

### 18.04.2024

### Завтрак

Биточки из кур	90	15,3	18,8	16,1	295,0 205 сб.справ москвы
Запеканка овощная	160	5,2	4,6	21,5	147,6
Хлеб "Богатырский" обогащ.витаминами	30	2,1	0,3	13,8	65,8 сб.ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6 сб.Горло
Йогурт "Для всей семьи"	200	6,6	2,1	26,2	149,7
<b>Итого:</b>		<b>30,9</b>	<b>26,0</b>	<b>88,6</b>	<b>710,7</b>

### Обед

Суп крестьянский с крупой, сметаной	250/5	2,2	6,2	14,6	122,9 216 сб.1981
Запеканка картофельная с мясом	160	12,1	20,6	28,1	346,2 430 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5 сб.ГорПО "Урал"
Чай с сахаром	200	0,1		10,0	40,6 1009 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>18,6</b>	<b>27,3</b>	<b>80,2</b>	<b>641,2</b>

### 19.04.2024

### Завтрак

Печень тушенная в соусе	100	13,5	12,7	8,4	202,3 618/824 сб.1981
Макаронные отварные с овощами (морковь отварная, кукуруза)	175	5,6	3,6	30,9	178,6 469 сб.1996

Хлеб "Богатырский" обогащ. витаминами	30	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Молоко	200	6,0	6,4	9,4	119,2	
<b>Итого:</b>		<b>29,0</b>	<b>23,2</b>	<b>73,5</b>	<b>618,5</b>	

### Обед

Суп гороховый	250	5,9	5,5	19,9	152,8	206 сб.2010
Гуляш из курицы	50/40	14,3	3,2	11,7	132,2	5 сб.ГорПо"Урал"
Каша пшениная рассыпчатая	150	7,2	3,9	39,9	223,4	405 сб.1982
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПо "Урал"
Компот из свежих яблок	200	0,1		12,0	48,2	924 сб. 1981
<b>Итого:</b>		<b>31,7</b>	<b>13,1</b>	<b>110,9</b>	<b>688,1</b>	

### 20.04.2024

#### Завтрак

Котлета	75	11,1	18,3	12,5	259,5	658 сб.1982
Капуста тушеная	150	3,7	5,5	15,7	127,3	439 сб.справочник моск
Хлеб "Богатырский" обогащ. витаминами	25	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Компот из сухофруктов	200	1,1		34,0	140,4	933 сб.1981
Мармелад	30г			19,9	79,7	
<b>Итого:</b>		<b>19,8</b>	<b>24,3</b>	<b>106,9</b>	<b>725,3</b>	

### Обед

Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	1,9	5,3	14,6	113,6	208 сб.1981
Суфле из печени	140	20,4	9,5	36,7	313,7	
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПо "Урал"
Кисель	200			5,0	20,0	883 сб.2005
<b>Итого:</b>		<b>26,5</b>	<b>15,3</b>	<b>83,9</b>	<b>578,8</b>	

### 22.04.2024

#### Завтрак

Запеканка творожная с отварной морковью	230	31,1	13,1	30,1	362,3	
Молоко густое	15	0,7	0,9	5,6	32,7	
Бутерброд с маслом	25/10	2,2	7,5	13,9	132,0	
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо
Чай с сахаром	200	0,1		10,0	40,6	1009 сб.1981
<b>Итого:</b>		<b>35,8</b>	<b>21,6</b>	<b>70,6</b>	<b>620,2</b>	

### Обед

Суп картофельный с рыбой	250/12,5	5,9	2,7	25,1	148,8	215 сб.1981
Фрикадельки мясные	50	7,6	11,8	4,5	154,9	
Соус красный основной	15	0,2	0,3	1,0	7,8	824 сб.1982
Макаронны отварные	170	7,2	5,1	39,6	232,5	469 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб.ГорПо "Урал"
Напиток из шиповника	200	0,5		16,0	66,2	628 сб.1996
<b>Итого:</b>		<b>25,6</b>	<b>20,5</b>	<b>113,7</b>	<b>741,7</b>	

### 23.04.2024

#### Завтрак

Биточки рыбные (минтай)	100	12,8	7,5	16,6	185,3	510 сб.Сборник рец2010
Картоф.пюре с кап.тушеной	100/70	4,0	5,9	23,2	162,2	694; 708 сб.2005
Хлеб "Богатырский" обогащ. витаминами	25	2,1	0,3	13,8	65,8	сб.ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб.Горпо

Какао с молоком	200	5,5	5,5	18,1	144,0	1025 сб. 1982
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	57,7	
<b>Итого:</b>		<b>26,6</b>	<b>19,9</b>	<b>95,4</b>	<b>667,6</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной	250/5	2,0	6,3	11,3	109,4	217 сб. 1981
Рулет мясной с яйцом	60	8,2	11,5	4,6	154,6	159 сб. справочник
Гречка отварная	150	7,7	5,8	39,5	241,1	463 сб. 1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб. ГорПО "Урал"
Кофейный напиток	200	2,3	1,8	27,0	133,2	1024 сб. 1981
<b>Итого:</b>		<b>24,4</b>	<b>25,9</b>	<b>109,8</b>	<b>769,8</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>625,3</b>	<b>560,8</b>	<b>2 327,7</b>	<b>16 859,1</b>	

Технолог: \_\_\_\_\_ Калькулятор: \_\_\_\_\_

Зам по ОП: \_\_\_\_\_