

Согласовано
Зав. столовой
Арабаджиян С.К.



Утверждаю
Директор школы



Примерное меню на двухразовое питание
для детей ОВЗ, МБОУ СОШ № 8

№	Наименование блюда	Выход в	Цена (руб)
1 день			
Завтрак			
1	Масло сливочное	10	5,29
2	Макаронные изделия отварные	100	5,20
3	Котлета в тесте	80	37,00
4	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
5	Йогурт	100	25,00
Итого:			74,99
Обед			
1	Суп картофельный с горохом	200	11,51
2	Сосиски отварные ганноверские	55	26,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	100	9,00
4	Салат из квашеной капусты	20	5,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
Итого:			61,01
Итого за день:			136,00
2 день			
Завтрак			
1	Каша овсяная на молоке	150	20,00
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Расстегаи с куриным мясом	80	33,00
4	Чай с сахаром	200/15	4,00
5	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
Итого:			62,00
Обед			
1	Суп картофельный с рисом	200	11,51
2	Биточки из говядины	50	28,12
3	Пюре картофельное	150	20,25
4	Винегрет овощной	25	4,62
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
Итого:			74,00
Итого за день:			136,00
3 день			
Завтрак			

1	Каша рисовая с изюмом	100	12,49
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Запеканка творожная со сметаной	80/10	32,00
4	Кофейный напиток на молоке	200	20,00
	Итого:		66,99
	Обед		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	11,51
2	Котлета рубленая из филе куриного	55	27,50
3	Каша пшеничная	150	6,30
4	Помидоры свежие	30	10,20
5	Компот из сухофруктов витамин.	200	8,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
	Итого:		69,01
	Итого за день:		136,00
	4 день		
	Завтрак		
1	Каша гречневая рассыпчатая	100	9,00
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Сосиска в тесте	80	37,00
4	Какао с молоком	200	20,00
	Итого:		68,50
	Обед		
1	Борщ с капустой и картофелем	200	14,00
2	Тефтели из говядины с рисом с соусом	60/15	32,55
3	Макаронные изделия отварные	100	5,20
4	Огурцы свежие	25	6,25
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
	Итого:		67,50
	Итого за день:		136,00
	5 день		
	Завтрак		
1	Каша пшеничная	100	4,20
2	Бутерброд с колбасой в/к	20/25	25,00
3	Бутерброд с сыром	20/25	21,00
4	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
5	Яблоко	100	9,12
	Итого:		66,32
	Обед		
1	Суп картофельный с вермишелью	200	11,61
2	Филе грудки куриной запеченное	50	32,22
3	Рис отварной	150	9,75
4	Салат из моркови с маслом растительным	30	6,60
5	Чай с сахаром	200/15	4,00

6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
Итого:			69,68
Итого за день:			136,00
6 день			
Завтрак			
1	Сосиски отварные ганноверские	55	26,00
2	Макаронные изделия отварные	100	5,20
3	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
4	Чай с сахаром	200/15	4,00
5	Йогурт	100	25,00
Итого:			62,70
Обед			
1	Суп картофельный с горохом	200	11,51
2	Филе грудки куриной запеченное	50	32,54
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,50
4	Огурцы свежие	25	6,25
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
Итого :			73,30
Итого за день:			136,00
7 день			
Завтрак			
1	Каша рисовая с изюмом	100	12,49
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Запеканка творожная со сметаной	80/10	32,00
4	Какао с молоком	200	20,00
Итого:			66,99
Обед			
1	Рассольник Ленинградский	200	16,50
2	Котлета из говядины	50	28,12
3	Каша пшеничная	150	6,30
4	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	8,59
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
Итого:			69,01
Итого за день:			136,00
8 день			
Завтрак			
1	Каша гречневая на молоке	150	19,37
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Гамбургер с говяжьим бифштексом с кунжутом	110	37,00
4	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
Итого:			65,87
Обед			

1	Борщ Сибирский	200	12,91
2	Филе грудки куриной запеченное	45	29,00
3	Макаронные изделия отварные	100	5,20
4	Салат из моркови с маслом растительным	20	4,40
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
7	Яблоко	100	9,12
	Итого :		70,13
	Итого за день:		136,00
	9 день		
	Завтрак		
1	Каша пшеничная	100	4,20
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Расстегаи с куриным мясом	80	33,00
4	Чай с сахаром	200/15	4,00
5	Йогурт	100	25,00
	Итого:		68,70
	Обед		
1	Суп картофельный с рисом	200	11,51
2	Биточки из говядины	40	22,50
3	Пюре картофельное	150	20,25
4	Огурцы солёные	18	3,54
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
	Итого :		67,30
	Итого за день:		136,00
	10 день		
	Завтрак		
1	Каша овсяная на молоке	150	20,00
2	Хлеб пшеничный подовый	25	2,50
3	Сосиска в тесте	80	37,00
4	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
	Итого:		66,50
	Обед		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	11,51
2	Чахохбили из филе грудки	35/25	35,49
3	Рис отварной	100	6,50
4	Свекла отварная с огурцом сол. и кап.квашеной	25	6,50
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	5,50
	Итого :		69,50
	Итого за день:		136,00