

Согласовано:

Директор МБОУ В-Вознесенской СОШ

Е.П.Синеокова



Утверждено:

ИП Гордиенко М.Н.

М.Н.Гордиенко



**Двухнедельное меню  
для обучающихся ОВЗ 1-4 классов  
МБОУ В-Вознесенской СОШ  
на 2023-2024 уч. год.**

**Неделя: Первая**

**Сезон: осень-зима**

**Возрастная категория: 7-11 лет**

**1-й день Понедельник:**

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Сосиски отварные	50	26,2	4,7	7,5	0,4	87,9	243
	Макароны отварные	150	12	7	8	44	273	309
	Овощная закуска	60	15,92	1	2	1	25	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3		19	93	ПР
	Фрукты	75	7,5	0,6	0,6	17,35	99,3	338
	Чай с сахаром	200	4	0,53		0,13	578,2	376
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>575</b>	<b>68,82</b>	<b>16,83</b>	<b>18,1</b>	<b>81,88</b>	<b>569,2</b>	

**2-ой день Вторник:**

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша рисовая жидкая молочная с маслом и сахаром	220	39,82	5,1	10,72	43,4	291	182
	Чай с сахаром	200	4			15	39	376
	Кондитерские изделия	20	20	0,96	1,27	7,96	47,4	ПР
	Хлеб пшеничный	40	5	4,5		28,5	139,5	ПР
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>500</b>	<b>68,82</b>	<b>10,56</b>	<b>12</b>	<b>94,86</b>	<b>516,9</b>	

Неделя: Первая  
 Сезон: осень-зима  
 Возрастная категория: 7-11 лет

3-ий день Среда:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша манная молочная	200	30,62	6,02	4,05	33,37	194,1	181
	Пирожки печеные с яблоками	100	30	4,18	1,81	39,89	193,81	409
	Хлеб пшеничный	50	4,2	3		19	93	ПР
	Чай с сахаром	200	4			14	56	376
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>550</b>	<b>68,82</b>	<b>17,36</b>	<b>8,86</b>	<b>106,26</b>	<b>536,91</b>	

4-ый день Четверг:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	25,22	6	6,8	29,2	202	183
	Сыр порциями	10	10	2,32	2,9		35,8	15
	Масло сливочное	5	3,3		8		73	3
	Кофейный напиток на молоке	200	19,6	4	3	25	145	379
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3		19	93	ПР
	Фрукты	75	7,5	0,3	0,3	7,35	33,3	338
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>530</b>	<b>68,82</b>	<b>15,62</b>	<b>21</b>	<b>85,07</b>	<b>592,82</b>	

5-ый день Пятница:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша пшенная с маслом и сахаром	200	29,82	5,1	10,2	43,4	291	182
	Кондитерские изделия	20	20	0,96	1,28	7,96	47,4	ПР
	Сыр порциями	10	10	3	4		54	15
	Чай с сахаром	200	4			14	56	376
	Хлеб пшеничный	60	5	4,5		28,5	139,5	ПР
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>500</b>	<b>68,82</b>	<b>10,56</b>	<b>11,48</b>	<b>65,36</b>	<b>533,9</b>	

еделя: *Вторая*  
 Сезон: *осень-зима*  
 Возрастная категория: *7-11 лет*

1-ый день Понедельник:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша пшеничная	150	10	6	5	37	218	302
	Кофейный напиток на молоке	200	19,6	3,6	2,67	39,2	155,2	379
	Сосиска отварная	50	26,2	4,7	7,5	0,4	87,9	243
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3		19	93	ПР
	Овощная закуска	60	9,82	1	2	1	25	
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>500</b>	<b>68,82</b>	<b>18,3</b>	<b>17,17</b>	<b>86,6</b>	<b>579,1</b>	

2-ой день Вторник:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша манная молочная жидкая	200	30,62	6,02	4,05	33,37	194,1	181
	Чай с сахаром	200	4			14	56	376
	Хлеб пшеничный	50	4,2	3		19	93	ПР
	Пирожки печеные с яблоками	100	30	4,18	1,81	39,89	193,81	409
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>550</b>	<b>68,82</b>	<b>16,2</b>	<b>17,86</b>	<b>106,26</b>	<b>663,91</b>	

3-ий день Среда:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Рагу из овощей с кашей рисовой	200	32,02	5,42	17,56	38,4	340	144
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3		19	93	
	Кофейный напиток	200	19,6	3,6	2,67	39,2	155,2	379
	Масло сливочное	10	6,5		16		146	3
	Фрукты	75	7,5	0,6	0,6	17,35	99,3	338
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>525</b>	<b>68,82</b>	<b>12,62</b>	<b>36,83</b>	<b>113,95</b>	<b>833,5</b>	

Неделя: Вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

4-ый день Четверг:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	25,22	6	6,8	29,2	202	183
	Чай с сахаром	200	4			14	56	376
	Хлеб пшеничный	40	3,2	3		19	93	
	Фрукты	75	26,4	0,3	0,3	7,35	33,3	338
	Кондитерские изделия	20	10	1,7	2,26	13,94	82,9	ПР
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>535</b>	<b>68,82</b>	<b>11</b>	<b>9,36</b>	<b>83,49</b>	<b>467,2</b>	

5-ый день Пятница:

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	220	29,82	5,1	10,2	43,4	291	182
	Сыр порциями	10	10	3	4		54	15
	Масло сливочное	10	6,5		8		73	3
	Хлеб пшеничный	40	3,5	3		19	93	
	Чай с сахаром	200	4			14	56	376
	Фрукты	75	15	0,3	0,3	0,23	33,3	338
<b>Итого за завтрак 1</b>		<b>555</b>	<b>68,82</b>	<b>11,4</b>	<b>22,5</b>	<b>76,63</b>	<b>600,3</b>	