



Утверждаю:
 Директор МРАУ «ООШ № 2»
 В. Филиппова

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся из числа детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на 2024 г

| День недели | | 1 Неделя | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|------------------|---------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--|
| | | Наименование блюд | Цена | Выход | Б | Ж | У | Ккал | Ca | Mg | Fe | C | A | B1 | B2 | |
| понедельник | Сб. Москва №12 | Огурец свежий в нарезке* | 11,35 | 60 | 0,48 | 0,05 | 1,56 | 64 | 13,8 | 8,4 | 0,38 | 9 | 0 | 0,03 | 0,03 | |
| | Сб.Москва № 265 | Макароны с сыром | 25,01 | 205/10 | 12,85 | 15,98 | 48,8 | 357,1 | 209,6 | 39,12 | 1,23 | 2,69 | 0,09 | 0,18 | 0,16 | |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 | |
| | Рецептура№ 88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0,03 | 0,01 | |
| | | ИТОГО : | 40,98 | 510 | 15,7 | 16,33 | 68,06 | 499,9 | 234,9 | 56,22 | 2,65 | 12,09 | 0,15 | 0,24 | 0,28 | |
| | Сб. Москва №492 | Плюшка Оренбургская | 6,04 | 50 | 4,33 | 7,32 | 29,15 | 200 | 12,1 | 6,67 | 0,62 | 0 | 0,01 | 0,06 | 0,05 | |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 | |
| | | ИТОГО : | 49,10 | | 20,23 | 23,65 | 103,71 | 726,7 | 251,5 | 66,69 | 4 | 12,49 | 0,19 | 0,3 | 0,34 | |
| вторник | Ед. сборник №308 | Котлета рыбная любительская с/с | 32,92 | 90/30 | 11,49 | 10,86 | 6,54 | 187,7 | 70,72 | 28,2 | 1,65 | 1,21 | 0,04 | 0,06 | 0,1 | |
| | Сб.Москва №443 | Картофельное пюре | 19,77 | 150 | 3,24 | 5,59 | 32,75 | 186,9 | 69,5 | 16,5 | 0,8 | 8,91 | 0,08 | 0,12 | 0,15 | |
| | Сб.Москва № 484 | Кисель из концентрата пл-яг. | 5,94 | 200 | 0 | 0 | 15 | 60 | 84 | 0 | 0,2 | 2,7 | 0 | 0,05 | 0,01 | |
| | Рецептура№ 88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,90 | 40 | 2,48 | 0,32 | 12,8 | 60,46 | 8 | 5,6 | 0,35 | 0 | 0,03 | 0,03 | 0,05 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|------------------------|----------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| | | ИТОГО : | 61,53 | 510 | 17,21 | 16,77 | 67,09 | 495,1 | 232,2 | 50,3 | 3 | 12,82 | 0,15 | 0,26 | 0,31 |
| | Сб рецептур№4 83 | Булочка дорожная | 6,25 | 50 | 3,56 | 7,42 | 28,05 | 193,5 | 10,42 | 14,92 | 0,73 | 0 | 0,01 | 0,09 | 0,03 |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 69,86 | | 20,97 | 24,19 | 101,6 4 | 715,4 | 247,1 | 69,02 | 4,46 | 13,22 | 0,19 | 0,35 | 0,35 |
| среда | Сб. Москва № 398 | Блины с начинкой п/ф | 23,35 | 60 | 3,37 | 4,82 | 26,32 | 169,4 | 53,2 | 13,7 | 0,74 | 0,12 | 0,02 | 0,15 | 0,06 |
| | Сб. Москва № 327 | Каша молочная "Дружба" | 20,67 | 200/5 | 8,92 | 9,75 | 32,37 | 257,7 | 105,2 | 32,45 | 1,35 | 6,9 | 0,04 | 0,13 | 0,16 |
| | 54-3гн | Чай с лимоном и сахаром | 5,16 | 200 | 1,6 | 1,1 | 8,7 | 50,9 | 57 | 9,9 | 0,6 | 10,3 | 0,09 | 0,01 | 0,07 |
| | Рецептура№ 88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0,03 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 51,72 | 500 | 16,06 | 15,97 | 78,59 | 530 | 222,4 | 60,95 | 3 | 17,32 | 0,18 | 0,32 | 0,3 |
| | сб.Москва №528 | Сдоба фигурная | 5,02 | 50 | 4,22 | 5,14 | 27,31 | 172,8 | 14,23 | 10,74 | 0,68 | 0,74 | 0 | 0,08 | 0,05 |
| | Сб.Москва №395 | Компот из смеси сухофруктов | 6,32 | 180 | 0 | 0 | 8,98 | 93,6 | 18 | 0 | 1,1 | 4,7 | 0 | 0 | 0 |
| | | ИТОГО : | 63,06 | | 20,28 | 21,11 | 114,8 8 | 796,4 | 254,7 | 71,69 | 4,78 | 22,76 | 0,18 | 0,4 | 0,35 |
| четверг | сб Москва №355 | Сырники из творога с джемом** | 75,69 | 150/2 0 | 13,5 | 15,9 | 33,67 | 324,1 | 102,5 | 21,6 | 1,07 | 0,3 | 0,09 | 0,17 | 0,17 |
| | Сб.Москва № 462 | Какао с молоком | 13,94 | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,08 | 94 | 111,3 | 22,2 | 0,65 | 0,7 | 0,02 | 0,03 | 0,03 |
| | Рецептура№ 88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0,03 | 0,01 |
| | пром. | Фрукт *** (яблоко) | 26,52 | 130 | 0,04 | 0 | 15,74 | 105,6 | 54 | 12 | 1,5 | 12,6 | 0 | 0,04 | 0,09 |
| | | ИТОГО : | 118,69 | 535 | 19,01 | 19,1 | 73,69 | 575,7 | 274,8 | 60,7 | 3,53 | 13,6 | 0,14 | 0,27 | 0,3 |
| | Сб. Москва №529 | Слойка Свердловская | 8,05 | 50 | 3,11 | 5,58 | 31,7 | 188,7 | 13,4 | 5,29 | 0,41 | 0 | 0,01 | 0,06 | 0,05 |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | ИТОГО : | 128,82 | | 22,32 | 24,68 | 111,8 9 | 791,2 | 292,7 | 69,79 | 4,67 | 14 | 0,18 | 0,33 | 0,36 | |
| пятница | сб. Москва № 220 | Куры тушеные с овощами | 49,19 | 120 | 11,38 | 9,7 | 13,08 | 196,5 | 187,1 | 43,5 | 1,3 | 12,5 | 0,07 | 0,07 | 0,1 |
| | сб. Москва № 445 | Каша гречневая вязкая | 10,61 | 150 | 3,16 | 6,61 | 33,08 | 220,5 | 17,23 | 3,8 | 0,1 | 0 | 0,01 | 0,13 | 0,08 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------------------|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-4гн | Чай с молоком и сахаром | 6,86 | 200 | 1,6 | 1,1 | 8,7 | 50,9 | 57 | 9,9 | 0,77 | 0,03 | 0,07 | 0,01 | 0,07 |
| Рецептура № 88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0,03 | 0,01 |
| | ИТОГО : | 69,20 | 505 | 18,31 | 17,71 | 66,06 | 519,9 | 268,3 | 62,1 | 3 | 12,53 | 0,18 | 0,24 | 0,26 |
| сб.Москва №480 | Булка ванильная | 6,19 | 50 | 4,22 | 5,14 | 27,31 | 172,8 | 14,23 | 10,74 | 0,68 | 0,74 | 0 | 0,08 | 0,05 |
| Сб.Москва № 482 | Кисель из концентрата плодово-ягодный | 5,35 | 180 | 0 | 0 | 15 | 60 | 84 | 0 | 0,2 | 2,7 | 0 | 0,05 | 0,01 |
| | ИТОГО : | 80,74 | | 22,53 | 22,85 | 108,37 | 752,7 | 366,6 | 72,84 | 3,88 | 15,97 | 0,18 | 0,37 | 0,32 |
| | ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ: | 391,58 | | 106,3 | 116,5 | 540,49 | 3782 | 1413 | 350,03 | 21,79 | 78,44 | 0,92 | 1,75 | 1,38 |
| | Средняя в день | 78,32 | | 21,27 | 23,3 | 108,098 | 756,5 | 282,5 | 70,006 | 4,36 | 15,69 | 0,18 | 0,35 | 0,28 |

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся из числа детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на 2024 г.

| День недели | 2 неделя | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|-------------------|-----------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| | Наименование блюд | Цена | Выход | Б | Ж | У | Ккал | Ca | Mg | Fe | C | A | B1 | B2 | |
| понедельник | сб. Москва № 395 | Вареники с творогом п/ф | 53,69 | 155 | 15,3 | 14,56 | 34,53 | 287,1 | 161,2 | 28,7 | 0,46 | 1,53 | 0,04 | 0,21 | 0,17 |
| | 54-4гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 1,1 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | Рецептура№88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | Пром | Фрукт*** | 26,52 | 130 | 0,04 | 0 | 15,74 | 105,6 | 54 | 13 | 1,5 | 12,6 | 0,04 | 0,04 | 0,09 |
| | | ИТОГО : | 84,83 | 520 | 17,71 | 15,96 | 67,97 | 471,5 | 226,7 | 50,4 | 3 | 14,53 | 0,14 | 0,25 | 0,28 |
| | Сб рецептур№483 | Булочка дорожная | 6,25 | 50 | 3,56 | 7,42 | 28,05 | 193,5 | 10,42 | 14,92 | 0,73 | 0 | 0,01 | 0,09 | 0,03 |
| | Сб.Москва № 484 | Кисель плодово-ягодный | 5,35 | 180 | 0 | 0 | 15 | 60 | 84 | 0 | 0,2 | 2,7 | 0 | 0,05 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 96,43 | | 21,27 | 23,38 | 111 | 725 | 321,1 | 65,32 | 3,93 | 17,23 | 0,15 | 0,39 | 0,32 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| вторник | 54-25м | Курица тушеная с морковью | 47,34 | 90 | 11,69 | 6,13 | 3,96 | 113,8 | 120,7 | 45,5 | 1,99 | 12,2 | 0,09 | 0,08 | 0,06 |
| | сб. Москва № 445 | Каша гречневая вязкая | 12,74 | 180 | 3,79 | 7,93 | 39,69 | 254,6 | 40,68 | 4,56 | 0,12 | 0 | 0,02 | 0,15 | 0,15 |
| | Сб.Москва № 422 | Кофейный напиток с молоком | 8,66 | 200 | 1,4 | 1,6 | 22,31 | 105 | 60,4 | 7 | 0,09 | 0,65 | 0,01 | 0,02 | 0,07 |
| | Рецептура№88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 71,28 | 505 | 19,05 | 15,96 | 77,16 | 525,4 | 228,8 | 61,96 | 2,51 | 12,85 | 0,15 | 0,25 | 0,29 |
| | сб.Москва №528 | Сдоба фигурная | 5,02 | 50 | 4,22 | 5,14 | 27,31 | 172,8 | 14,23 | 10,74 | 0,68 | 0,74 | 0 | 0,08 | 0,05 |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 78,38 | | 23,47 | 21,1 | 111 | 725 | 247,5 | 76,5 | 3,92 | 13,99 | 0,18 | 0,33 | 0,35 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| среда | сб.Москва №90 | Бутерброд с сыром | 17,47 | 20/40 | 7,7 | 2,7 | 19,62 | 137,3 | 73,8 | 15,5 | 0,52 | 2,32 | 0,04 | 0,07 | 0,08 |
| | Сб. Москва № 321 | Каша вязкая геркулесовая с маслом | 19,83 | 205 | 7,22 | 13,51 | 31,19 | 277,2 | 137,9 | 27,12 | 1,4 | 1,19 | 0,06 | 0,18 | 0,15 |
| | 54-3гн | Чай с лимоном и сахаром | 5,16 | 200 | 1,6 | 1,1 | 8,7 | 50,9 | 57 | 9,9 | 0,6 | 10,3 | 0,03 | 0,01 | 0,07 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|------------------|------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| | Пр. производство | Печенье | 6,70 | 36 | 1,8 | 2,4 | 11,6 | 70,8 | 4,8 | 7,2 | 0,36 | 0 | 0,01 | 0,04 | 0,05 |
| | | ИТОГО : | 49,16 | 501 | 18,32 | 19,71 | 71,11 | 536,2 | 273,5 | 59,72 | 2,88 | 13,81 | 0,14 | 0,3 | 0,35 |
| | сб.Москва №480 | Булка ванильная | 6,19 | 50 | 4,22 | 5,14 | 27,31 | 172,8 | 14,23 | 10,74 | 0,68 | 0,74 | 0 | 0,08 | 0,05 |
| | Сб.Москва №395 | Компот из смеси сухофруктов | 6,32 | 180 | 0 | 0 | 8,98 | 93,6 | 18 | 0 | 1,1 | 4,7 | 0 | 0 | 0 |
| | | ИТОГО : | 61,67 | | 22,54 | 24,85 | 107,4 | 802,6 | 305,7 | 70,46 | 4,66 | 19,25 | 0,14 | 0,38 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| четверг | сб. Москва № 62 | Салат из моркови с сахаром | 7,08 | 60 | 0,74 | 0,06 | 6,88 | 69,2 | 15,5 | 21,6 | 0,4 | 2,02 | 0,11 | 0,05 | 0,2 |
| | Единый сб.№ 276 | Омлет с отварным картофелем | 58,38 | 200 | 13 | 16,2 | 44,2 | 298,5 | 143 | 23,8 | 1,7 | 7,3 | 0,03 | 0,16 | 0,11 |
| | Сб.Москва № 484 | Кисель из концентрата пл-яг. | 5,94 | 200 | 0 | 0 | 15 | 60 | 84 | 0 | 0,2 | 2,7 | 0 | 0,05 | 0,01 |
| | Рецептура№88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,90 | 40 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 74,30 | 500 | 15,91 | 16,56 | 77,28 | 479,7 | 249,5 | 50,3 | 2,61 | 12,02 | 0,17 | 0,26 | 0,33 |
| | Сб. Москва№492 | Плюшка Оренбургская | 6,04 | 50 | 4,33 | 7,32 | 29,15 | 200 | 12,1 | 6,67 | 0,62 | 0 | 0,01 | 0,06 | 0,05 |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | ИТОГО : | 82,42 | | 20,44 | 23,88 | 112,9 | 706,5 | 266,1 | 60,77 | 3,96 | 12,42 | 0,21 | 0,32 | 0,39 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Сб.Москва № 157 | Голубцы ленивые в соусе | 43,23 | 90 | 8,8 | 8,91 | 15,21 | 216,3 | 172,4 | 17 | 1,41 | 13,96 | 0,08 | 0,1 | 0,13 |
| | Сб.Москва№ 447 | Макаронь отварные | 15,06 | 180 | 6,57 | 5,98 | 41,85 | 253,8 | 37,14 | 30,09 | 0,1 | 0 | 0,01 | 0,14 | 0,17 |
| | 54-4гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 1,1 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | Рецептура№88 пр | Хлеб домашний подовый | 2,54 | 35 | 2,17 | 0,3 | 11,2 | 52 | 7 | 4,9 | 0,31 | 0 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | | ИТОГО : | 62,91 | 505 | 17,74 | 16,29 | 74,76 | 548,9 | 221,1 | 55,79 | 2,55 | 14,36 | 0,15 | 0,24 | 0,32 |
| | Сб рецептур№ 506 | Крендель сахарный | 7,75 | 50 | 3,64 | 6,78 | 30,36 | 195 | 9,42 | 6,12 | 0,53 | 0 | 0,01 | 0,06 | 0,04 |
| | 54-2гн | Чай с сахаром | 2,08 | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 4,5 | 3,8 | 0,73 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0,01 |
| | ИТОГО : | 72,74 | | 20,11 | 16,59 | 92,46 | 627,7 | 232,6 | 64,49 | 3,59 | 14,76 | 0,21 | 0,24 | 0,34 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ | 391,64 | | 107,8 | 109,8 | 534,8 | 3587 | 1373 | 337,54 | 20,06 | 77,65 | 0,89 | 1,66 | 1,8 |
| | | Средняя в день | 78,328 | | 21,57 | 21,96 | 107 | 717,3 | 274,6 | 67,51 | 4,01 | 15,53 | 0,18 | 0,33 | 0,36 |