Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

1 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	6,11	2,38	7,71	0,4	33,98	228,3
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
3/13	Хлеб с маслом и сыром	50/5/1	7,7	4,15	10,2	0,42	21,99	213,3
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**15,92**	**6,54**	**18,3**	**1,2**	**78,55**	**539,2**
	Обед							
29/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,56	1,15	2,93	0,25	13,41	89,07
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	90	9,91	9,13	16,6	0,08	6,08	213,3
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,31	0,04	4,04	0,66	34,13	193,6
6/10	Компот из смородины	200	0,12	0	0,04	0,04	11,94	46,52
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'		**24,71**	**10,32**	**24,5**	**1,95**	**110,8**	**757,1**
	Итого за день		**40,63**	**16,86**	**42,8**	**3,16**	**189,4**	**1296**

Комплекс 1-4 класс

1 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	6,11	2,38	7,71	0,4	33,98	228,3
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
3/13	Хлеб с маслом и сыром	50/5/1	7,7	4,15	10,2	0,42	21,99	213,3
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**15,92**	**6,54**	**18,3**	**1,2**	**78,55**	**539,2**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

2 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
11/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	5,12	1,77	5,01	1,06	25,69	167,2
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	80	5,1	4,64	4,64	0,96	6,98	89,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,23	0,07	6,42	0,38	19,65	150,9
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**15,52**	**6,48**	**16,5**	**2,77**	**74,67**	**503,6**
	Обед							
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,96	0	5,3	4,13	12,46	102,8
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	90	13,35	12,14	11,2	1,46	8,36	187,8
3/3	Картофельное пюре	160	3,35	0,61	6,67	0,55	23,59	166,5
-	Огурец соленый	30	0,24	0	0,03	0,03	0,74	4,201
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	28,07	106,2
-	Хлеб витаминизированный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		**24,54**	**12,75**	**23,9**	**6,85**	**104,5**	**715,1**
	Итого за день		**40,05**	**19,23**	**40,3**	**9,62**	**179,2**	**1219**

Комплекс 1-4 класс

2 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
11/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	5,12	1,77	5,01	1,06	25,69	167,2
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	80	5,1	4,64	4,64	0,96	6,98	89,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,23	0,07	6,42	0,38	19,65	150,9
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**15,52**	**6,48**	**16,5**	**2,77**	**74,67**	**503,6**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

3 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,19	0,07	7,26	2,2	43,44	259,8
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
3/13	Хлеб с маслом и сыром	45/5/1(	7,07	3,56	8,8	0,42	21,73	197
-	Яблоки	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		**15,74**	**3,63**	**16,5**	**3,04**	**86,61**	**543,3**
	Обед							
	Икра из кабачков	80	1,52	0	7,12	0,24	7,92	97,93
10/2	Рассольник домашний со сметаной	250	2,36	0	6,04	5,36	15,83	124,9
48/8	Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	90	6,51	5,56	6,44	0,79	5,79	106,1
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,65	0,05	4,66	0,51	38,29	210,2
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	19,49	74,32
-	Хлеб витаминизированный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		**18,23**	**5,61**	**24,9**	**7,56**	**113,9**	**738,6**
	Итого за день		**33,97**	**9,24**	**41,4**	**10,6**	**200,5**	**1282**

Комплекс 1-4 класс

3 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,19	0,07	7,26	2,2	43,44	259,8
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
3/13	Хлеб с маслом и сыром	45/5/1(	7,07	3,56	8,8	0,42	21,73	197
-	Яблоки	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		**15,74**	**3,63**	**16,5**	**3,04**	**86,61**	**543,3**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата

4 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
15/5	Запеканка из творога с рисом	180	25,74	25,47	17,9	3,85	32,3	395,3
-	Повидло	20	0,08	0	0	0	13,2	50,3
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
-	Батон витаминизированный	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**33,21**	**25,47**	**22,4**	**5,43**	**112,2**	**775,9**
	Обед							
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	1,85	0,75	4,35	3,68	7,47	74,48
2/2	Борщ со сметаной	200	1,8	0	4,73	4,17	10,3	87,8
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9
9/8	Печень по-строгановски	90	11,47	10,61	12,8	5,73	2,62	171,9
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		**27,1**	**11,35**	**24,3**	**16,01**	**100,9**	**714,7**
	Итого за день		**60,31**	**36,82**	**46,7**	**21,44**	**213,1**	**1491**

Комплекс 1-4 класс

4 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
15/5	Запеканка из творога с рисом	180	25,74	25,47	17,9	3,85	32,3	395,3
-	Повидло	20	0,08	0	0	0	13,2	50,3
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
-	Батон витаминизированный	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**33,21**	**25,47**	**22,4**	**5,43**	**112,2**	**775,9**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

5 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	170	7,56	2,27	5,3	0,68	33,16	210,7
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	19,33	113,8
1/13	Хлеб с маслом	50/20	4,53	0,09	8,98	0,53	27,51	211,3
-	Яблоки	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		**15,41**	**5,2**	**17,8**	**1,63**	**91,61**	**584,4**
	Обед							
20/2	Суп из овощей со сметаной	200	1,72	0	5,3	4,13	10,53	94,26
4/8	Плов из мяса свинины	220	15,22	11,97	25,5	9,37	40,38	450,1
6/10	Компот из смородины	200	0,12	0	0,04	0,04	11,94	46,52
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Обед'		**23,67**	**11,97**	**31,7**	**14,47**	**107,2**	**799,6**
	Итого за день		**39,08**	**17,17**	**49,6**	**16,09**	**198,8**	**1384**

Комплекс 1-4 класс

5 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	170	7,56	2,27	5,3	0,68	33,16	210,7
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	19,33	113,8
1/13	Хлеб с маслом	50/20	4,53	0,09	8,98	0,53	27,51	211,3
-	Яблоки	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		**15,41**	**5,2**	**17,8**	**1,63**	**91,61**	**584,4**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

6 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	220	5,71	2,39	6,97	0,47	44,48	262,4
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40/10/	7,7	4,15	10,2	0,42	21,99	213,3
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**15,47**	**6,54**	**17,6**	**1,27**	**88,82**	**571,5**
	Обед							
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,83	0	3,58	3,58	5,41	53,92
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,09	2,17	5,23	0,22	12,64	113
3/9	Рагу из мяса кур	200	19,76	18,08	18,5	6,79	21,33	328,4
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	23,18	87,6
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'		**31,64**	**20,26**	**28,2**	**11,46**	**102,7**	**772,2**
	Итого за день		**47,1**	**26,8**	**45,7**	**12,73**	**191,5**	**1344**

Комплекс 1-4 класс

6 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	220	5,71	2,39	6,97	0,47	44,48	262,4
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40/10/	7,7	4,15	10,2	0,42	21,99	213,3
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**15,47**	**6,54**	**17,6**	**1,27**	**88,82**	**571,5**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

7 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,5	1,79	5,86	0,39	25,29	168,3
2/6	Омлет запеченный или паровой	80	7,78	8,28	8,48	0	1,36	112,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	50/10	3,88	0,08	7,7	0,45	23,58	181,1
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**18,22**	**10,15**	**22,4**	**1,22**	**72,57**	**557,8**
	Обед							
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	60	0,84	0	3,68	3,68	6,21	60,58
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,61	0	7,6	7,14	7,61	103
4/7	Рыба, тушенная с овощами	100	12,36	12,64	8,26	5,38	4,95	141,3
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,63	0,03	3,47	0,51	38,27	199,4
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'		**24,62**	**12,67**	**23,9**	**17,62**	**111,8**	**749,3**
	Итого за день		**42,85**	**22,82**	**46,3**	**18,84**	**184,3**	**1307**

Комплекс 1-4 класс

7 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,5	1,79	5,86	0,39	25,29	168,3
2/6	Омлет запеченный или паровой	80	7,78	8,28	8,48	0	1,36	112,7
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	50/10	3,88	0,08	7,7	0,45	23,58	181,1
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**18,22**	**10,15**	**22,4**	**1,22**	**72,57**	**557,8**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

8 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	5,03	3,04	9,7	0,51	26,47	211,9
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,37
-	Батон витаминизированный	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
	Итого за 'Завтрак'		**15,37**	**5,88**	**17,2**	**1,96**	**96,54**	**593,2**
	Обед							
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	0	4,45	4,45	19,45	131,2
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2
46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	0,03	2,98	0,66	34,11	183,9
12/8	Гуляш из куриного филе	90	13,1	12,46	13,9	0,08	4,79	195,8
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
-	Хлеб витаминизированный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		**28,44**	**12,49**	**22,1**	**5,95**	**104,8**	**723,4**
	Итого за день		**43,81**	**18,37**	**39,3**	**7,91**	**201,4**	**1317**

Комплекс 1-4 класс

8 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	5,03	3,04	9,7	0,51	26,47	211,9
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,37
-	Батон витаминизированный	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
	Итого за 'Завтрак'		**15,37**	**5,88**	**17,2**	**1,96**	**96,54**	**593,2**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

9 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,88	2,18	7,59	0,97	25,89	189,3
-	Йогурт	125	5,13	5,13	1,88	0	7,38	69,53
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
1/13	Хлеб с маслом	50/5	3,56	0,07	7,06	0,41	21,62	166
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**16,67**	**7,38**	**16,9**	**1,77**	**77,47**	**522,5**
	Обед							
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,67	0	3,57	3,57	4,68	50,95
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,65	0	1,97	1,97	19,41	104,5
11/3	Капуста тушеная	150	3,5	0	2,85	3,24	17,35	101,1
12/8	Гуляш из мяса свинины	90	10,44	9,79	24,1	0,08	4,79	276,8
6/10	Компот из смородины	200	0,12	0	0,04	0,04	11,94	46,52
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Обед'		**23,98**	**9,79**	**33,5**	**9,83**	**102,5**	**788,5**
	Итого за день		**40,65**	**17,17**	**50,4**	**11,6**	**179,9**	**1311**

Комплекс 1-4 класс

9 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,88	2,18	7,59	0,97	25,89	189,3
-	Йогурт	125	5,13	5,13	1,88	0	7,38	69,53
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
1/13	Хлеб с маслом	50/5	3,56	0,07	7,06	0,41	21,62	166
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**16,67**	**7,38**	**16,9**	**1,77**	**77,47**	**522,5**

Согласовано:
Директор БМАОУ ООШ №30
_____Григорьев Ю.И.

Утверждаю:
Директор ООО "ТОП"
_____Афоничев И.Д.



МЕНЮ

ОВЗ 1-4 класс _____ Дата _____

10 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2	6,24	0,6	39,01	247,9
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	60	3,91	0,11	10,5	0,45	23,63	206,5
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,68
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
	Итого за 'Завтрак'		**16,45**	**2,11**	**19,9**	**1,31**	**103,8**	**657,5**
	Обед							
44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	1,08	0	3,73	3,73	7,89	68,63
2/2	Борщ со сметаной	200	1,71	0	4,2	4,17	10,17	82,07
35/8	Зразы Верх-Исетские	90	7,24	7,26	10,6	0,96	2,78	134,7
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,4	0,62	26,49	159,1
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'		**19,71**	**7,92**	**23,7**	**10,28**	**118,7**	**758,8**
	Итого за день		**36,82**	**15,16**	**41**	**11,59**	**197,1**	**1297**

Комплекс 1-4 класс

10 день

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2	6,24	0,6	39,01	247,9
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	60	3,91	0,11	10,5	0,45	23,63	206,5
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,68
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
	Итого за 'Завтрак'		**16,45**	**2,11**	**19,9**	**1,31**	**103,8**	**657,5**