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

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



МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	250	7,64	2,98	9,64	0,5	42,47	285,4
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	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Завтрак'		**18,1**	**7,13**	**20,3**	**1,42**	**91,22**	**615,6**
	Обед							
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,2	1,44	3,66	0,32	16,76	111,3
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	100	11,02	10,14	18,4	0,09	6,75	237
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,38	0,05	4,85	0,8	40,95	232,4
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'		**27,52**	**11,63**	**27,9**	**2,16**	**121,7**	**841,8**
	Итого за день		**45,62**	**18,77**	**48,2**	**3,58**	**212,9**	**1457**

Комплекс 5-11 класс

	Обед							
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,2	1,44	3,66	0,32	16,76	111,3
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	100	11,02	10,14	18,4	0,09	6,75	237
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,38	0,05	4,85	0,8	40,95	232,4
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'		**27,52**	**11,63**	**27,9**	**2,16**	**121,7**	**841,8**

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

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



МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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)	100	6,38	5,81	5,8	1,19	8,73	112,1
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	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Завтрак'		**18,1**	**7,66**	**19**	**3,2**	**84,52**	**575,5**
	Обед							
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	2,45	0	6,63	5,16	15,58	128,6
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,83	13,48	12,4	1,63	9,29	208,7
3/3	Картофельное пюре	200	4,18	0,76	8,33	0,68	29,48	208,1
-	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	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'		**28,67**	**14,25**	**28,3**	**8,37**	**123,3**	**845,1**
	Итого за день		**46,77**	**21,9**	**47,3**	**11,57**	**207,8**	**1421**

Комплекс 5-11 класс

	Обед							
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	2,45	0	6,63	5,16	15,58	128,6
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,83	13,48	12,4	1,63	9,29	208,7
3/3	Картофельное пюре	200	4,18	0,76	8,33	0,68	29,48	208,1
-	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	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'		**28,67**	**14,25**	**28,3**	**8,37**	**123,3**	**845,1**

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

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



МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	180	9,83	0,08	8,71	2,64	52,12	311,8
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
3/13	Хлеб с маслом и сыром	50/5/1	7,7	4,15	10,2	0,42	21,99	213,3
-	Яблоки	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		**18,01**	**4,23**	**19,3**	**3,48**	**95,55**	**611,5**
	Обед							
	Икра из кабачков	100	1,9	0	8,9	0,3	9,9	122,4
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)	100	7,23	6,18	7,16	0,87	6,43	117,9
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,38	0,05	5,59	0,62	45,95	252,3
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	19,49	74,32
-	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'		**20,73**	**6,24**	**28,4**	**7,88**	**128,9**	**839,4**
	Итого за день		**38,73**	**10,47**	**47,7**	**11,36**	**224,4**	**1451**

Комплекс 5-11 класс

Обед

	Икра из кабачков	100	1,9	0	8,9	0,3	9,9	122,4
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)	100	7,23	6,18	7,16	0,87	6,43	117,9
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,38	0,05	5,59	0,62	45,95	252,3
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	19,49	74,32
-	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'		**20,73**	**6,24**	**28,4**	**7,88**	**128,9**	**839,4**

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

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

МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	200	28,6	28,3	19,9	4,28	35,89	439,2
-	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	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,8
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69
	Итого за 'Завтрак'		**38,16**	**28,3**	**24,9**	**6,4**	**129,4**	**885,4**
	Обед							
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	100	3,08	1,24	7,25	6,13	12,46	124,1
2/2	Борщ со сметаной	250	2,26	0	5,91	5,22	12,88	109,8
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0	2,07	2,07	41,37	205,1
9/8	Печень по-строгановски	100	12,74	11,78	14,2	6,36	2,91	191
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'		**31,38**	**13,03**	**30,2**	**20,49**	**115,7**	**839,6**
	Итого за день		**69,54**	**41,33**	**55,1**	**26,89**	**245,1**	**1725**

Комплекс 5-11 класс
Обед

42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	100	3,08	1,24	7,25	6,13	12,46	124,1
2/2	Борщ со сметаной	250	2,26	0	5,91	5,22	12,88	109,8
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0	2,07	2,07	41,37	205,1
9/8	Печень по-строгановски	100	12,74	11,78	14,2	6,36	2,91	191
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'		**31,38**	**13,03**	**30,2**	**20,49**	**115,7**	**839,6**

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

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



МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	247,8
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'		**16,74**	**5,61**	**18,8**	**1,75**	**97,46**	**621,6**
	Обед							
20/2	Суп из овощей со сметаной	250	2,16	0	6,63	5,16	13,17	117,8
4/8	Плов из мяса свинины	250	17,3	13,6	28,9	10,65	45,89	511,5
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'		**26,18**	**13,6**	**36,5**	**16,78**	**115,3**	**884,5**
	Итого за день		**42,92**	**19,21**	**55,3**	**18,53**	**212,8**	**1506**

Комплекс 5-11 класс

Обед

20/2	Суп из овощей со сметаной	250	2,16	0	6,63	5,16	13,17	117,8
4/8	Плов из мяса свинины	250	17,3	13,6	28,9	10,65	45,89	511,5
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'		**26,18**	**13,6**	**36,5**	**16,78**	**115,3**	**884,5**

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

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

МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	250	6,49	2,71	7,92	0,54	50,55	298,2
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'		**16,24**	**6,87**	**18,5**	**1,34**	**94,88**	**607,3**
	Обед							
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,38	0	5,97	5,97	9,01	89,86
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,11	2,71	6,54	0,28	15,8	141,2
3/9	Рагу из мяса кур	240	23,71	21,7	22,2	8,15	25,59	394,1
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	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02
	Итого за 'Обед'		**37,49**	**24,41**	**35,6**	**15,32**	**115,8**	**911,7**
	Итого за день		**53,74**	**31,28**	**54,1**	**16,66**	**210,7**	**1519**

Комплекс 5-11 класс
Обед

32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,38	0	5,97	5,97	9,01	89,86
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,11	2,71	6,54	0,28	15,8	141,2
3/9	Рагу из мяса кур	240	23,71	21,7	22,2	8,15	25,59	394,1
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	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02
	Итого за 'Обед'		**37,49**	**24,41**	**35,6**	**15,32**	**115,8**	**911,7**

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

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

МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	180	5,4	2,15	7,03	0,47	30,35	201,9
2/6	Омлет запеченный или паровой	100	9,73	10,35	10,6	0	1,7	140,8
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'		**21,07**	**12,58**	**25,7**	**1,3**	**77,97**	**619,7**
	Обед							
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	1,4	0	6,13	6,13	10,35	101
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,96	0	7,63	7,17	9,43	111,3
4/7	Рыба, тушенная с овощами	110	13,59	13,91	9,09	5,92	5,44	155,4
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,36	0,04	4,17	0,62	45,92	239,3
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'		**27,49**	**13,95**	**27,9**	**20,74**	**125,9**	**852**
	Итого за день		**48,56**	**26,52**	**53,6**	**22,04**	**203,9**	**1472**

Комплекс 5-11 класс
Обед

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	1,4	0	6,13	6,13	10,35	101
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,96	0	7,63	7,17	9,43	111,3
4/7	Рыба, тушенная с овощами	110	13,59	13,91	9,09	5,92	5,44	155,4
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,36	0,04	4,17	0,62	45,92	239,3
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'		**27,49**	**13,95**	**27,9**	**20,74**	**125,9**	**852**

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

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



МЕНЮ

_____ Дата _____

ОВЗ 5-11 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							
45/3	Каша рисовая с консервированными овощами	180	4,12	0	5,27	5,99	38,44	216,5
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,37
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40/10/	7,15	3,86	9,47	0,39	20,42	198
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
-	Яблоки	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за 'Завтрак'		**16,79**	**6,7**	**18,7**	**7,21**	**97,35**	**617,6**
	Обед							
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	0	5,56	5,56	24,31	164,1
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,4	0,08	7,08	0,8	41	252,7
12/8	Гуляш из куриного филе	100	14,56	13,85	15,5	0,09	5,33	217,5
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'		**32,11**	**13,93**	**28,8**	**7,21**	**117,1**	**846,7**
	Итого за день		**48,89**	**20,63**	**47,5**	**14,41**	**214,5**	**1464**

Комплекс 5-11 класс
Обед

16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	0	5,56	5,56	24,31	164,1
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,4	0,08	7,08	0,8	41	252,7
12/8	Гуляш из куриного филе	100	14,56	13,85	15,5	0,09	5,33	217,5
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'		**32,11**	**13,93**	**28,8**	**7,21**	**117,1**	**846,7**

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

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



МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	180	7,06	2,61	9,1	1,16	31,06	227,2
-	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	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Завтрак'		**18,5**	**7,81**	**18,5**	**2,08**	**86,81**	**579,7**
	Обед							
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	1,12	0	5,95	5,95	7,79	84,91
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,31	0	2,46	2,46	24,26	130,6
11/3	Капуста тушеная	180	4,2	0	3,42	3,89	20,83	121,3
12/8	Гуляш из мяса свинины	110	12,76	11,97	29,5	0,1	5,86	338,4
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'		**28,11**	**11,97**	**42,3**	**13,37**	**115**	**930,3**
	Итого за день		**46,61**	**19,78**	**60,8**	**15,45**	**201,8**	**1510**

Комплекс 5-11 класс

	Обед							
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	1,12	0	5,95	5,95	7,79	84,91
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,31	0	2,46	2,46	24,26	130,6
11/3	Капуста тушеная	180	4,2	0	3,42	3,89	20,83	121,3
12/8	Гуляш из мяса свинины	110	12,76	11,97	29,5	0,1	5,86	338,4
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'		**28,11**	**11,97**	**42,3**	**13,37**	**115**	**930,3**

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

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

МЕНЮ

ОВЗ 5-11 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	2,67	6,24	0,8	39,02	247,8
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
1/13	Хлеб с маслом	50/10	3,91	0,11	10,5	0,45	23,63	206,5
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
-	Йогурт	125	5,13	5,13	1,88	0	7,38	69,53
	Итого за 'Завтрак'		**19,99**	**7,91**	**19**	**1,63**	**92,37**	**619,7**
	Обед							
44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	1,81	0	6,21	6,21	13,15	114,4
2/2	Борщ со сметаной	250	2,13	0	5,25	5,22	12,72	102,6
35/8	Зразы Верх-Исетские	100	8,05	8,07	11,7	1,06	3,09	149,6
3/3	Картофельное пюре	200	4,15	0,73	4,89	0,68	29,43	176,8
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'		**22,08**	**8,8**	**28,9**	**13,99**	**129,7**	**857,7**
	Итого за день		**42,07**	**16,7**	**47,9**	**15,62**	**222,1**	**1477**

Комплекс 5-11 класс
Обед

44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	1,81	0	6,21	6,21	13,15	114,4
2/2	Борщ со сметаной	250	2,13	0	5,25	5,22	12,72	102,6
35/8	Зразы Верх-Исетские	100	8,05	8,07	11,7	1,06	3,09	149,6
3/3	Картофельное пюре	200	4,15	0,73	4,89	0,68	29,43	176,8
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'		**22,08**	**8,8**	**28,9**	**13,99**	**129,7**	**857,7**