

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 5.04.2021г. 6.04.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества									
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe							
05.04																							
завтрак	208	Каша молочная "Дружба" с маслом и сахаром	200/10/10	17,55	6,08	11,18	43,46	300,00	0,1	0,96	54,80	0,00	133,68	156,72	37,22	0,84							
		Батон	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33							
	14	Масло сливочное порционно	10	6,50	0,20	14,40	0,26	131,44	0	0,00	80,00	0,20	4,8	6	0	0							
		Печенье слоёное	50	10,65	1,40	6,30	5,98	85,40	0,01	4,90	0,11	2,17	28,7	25,9	10,5	0,49							
		Йогурт "Успеха"	1шт	17,65	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50	0,00	155	118,75	18,75	0,13							
		Чай с сахаром и лимоном+витамины С	200/15/7	3,87	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2							
		И т о г о завтрак:		59,10	15,50	34,26	99,64	765,62	0,19	27,61	147,42	2,88	343,88	345,47	86,77	1,99							
	обед	102	Суп картофельный с горохом	250	9,39	6,33	5,63	24,15	174,73	0,29	12,94	0,34	0,33	37,25	108,75	42,88	2,51						
		251	Поджарка из свинины	50/15	28,11	10,15	28,90	2,67	310,00	0,27	0,00	0,00	0,00	22,65	126,95	164,55	2,95						
		171	Каша гречневая(гарнир)	150	13,14	8,27	8,89	40,64	279,95	0,2	0,00	0,03	0,62	15,03	197,14	130,67	4,39						
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33							
		Фруктовая нарезка(яблоко)	70	17,09	2,37	0,52	21,40	99,90	0,09	101,15	0,00	0,52	89,8	60,77	34,36	0,78							
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,40	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81							
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,87	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2							
		И т о г о обед:		76,40	31,91	44,77	142,16	1104,44	0,94	120,09	0,38	2,04	196,63	578,51	403,56	11,97							
06.04	67	Винегрет овощной	40	135,50	47,41	79,03	241,80	1870,06	1,13	147,70	147,80	4,92	540,51	923,98	490,33	13,96							
завтрак	291	Плов из свинины	50/150	4,35	1,06	7,60	5,44	94,61	0,04	7,28	0,17	3,41	16,2	32,87	14,2	0,58							
		Батон	30	35,85	16,49	16,89	26,02	322,00	0,06	1,64	0,00	0,00	3,79	14,23	200,14	39,29	2,65						
		Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33							
	14	Масло сливочное порционно	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33							
		Чай с сахаром и лимоном+витамины С	15	9,75	0,08	12,38	0,12	112,20	0	0,00	0,06	0,15	3,6	4,5	0	0,03							
	377	И т о г о завтрак:	200/15/7	3,87	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2							
		Расходный по-пенитенциарски со сметаной	250/10	59,10	21,54	30,01	83,28	687,50	0,13	22,64	0,07	4,48	45,53	262,24	63,79	3,54							
обед	96	Котлета из куриного филе с соусом	250/10	15,69	2,83	6,34	14,14	127,82	0,09	6,18	0,25	0,2	21,82	57,72	31,43	0,78							
	294	Макаронны отварные	50/50	23,16	7,39	7,17	7,97	106,24	0,04	0,74	0,01	1,51	6,7	56,87	7,64	0,58							
	202	Хлеб пшеничный	150	8,19	5,14	7,28	30,45	205,44	0,05	0,00	0,03	0,63	4,03	35,88	6,8	0,76							
		Фруктовая нарезка(яблоко)	80	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33							
		Хлеб рж-пшеничный	30	19,74	2,37	0,52	21,40	99,90	0,09	101,15	0,00	0,52	89,8	60,77	34,36	0,78							
	342	Копит из сухофруктов	200	2,40	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81							
		Итого обед		4,82	0,46	0,00	29,76	116,00	0	3	0	0,06	7,4	6	5,2	0,1							
		ВСЕГО ЗА 6.04		76,40	22,66	21,94	128,95	783,50	0,35	111,07	0,29	3,37	146,85	290,14	106,13	4,14							
				135,50	44,20	51,95	212,23	1471,00	0,48	133,71	0,36	7,85	192,38	552,38	169,92	7,68							

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 7.04.2021г. 8.04.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины					Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe		
07.04	260	Гуляш из куриного филе с соусом	50/50	33,02	11,14	12,99	2,80	155,37	0,05	1,10	0,04	2,02	11,7	100,11	14,77	0,95		
завтрак	171	Каша гречневая(гарнир)	150	13,14	8,27	8,89	40,64	279,95	0,2	0,00	0,03	0,62	15,03	197,14	130,67	4,39		
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
		Кукуруза консерв	30	4,78	1,32	0,24	6,72	34,80	0	2,40	0,00	0,00	3	24	0	0,24		
	377	Кисель	200	5,76	0,44	0,07	28,10	139,51	0,02	30	0	0,02	21,06	17,59	6,43	0,21		
		И т о г о :		59,10	23,45	22,43	92,84	681,03	0,3	33,50	0,07	2,69	56,79	358,34	156,07	6,12		
обед	112	Суп вермишелевый с куриной грудкой	200/12,5	13,48	3,93	3,46	16,64	111,80	0,09	12,20	0,23	0,28	14,21	68,2	21,39	0,93		
	267	Пшеница из свинины с соусом	75/50	48,21	12,50	43,68	6,58	372,00	0,38	0,54	41,70	0,00	12,12	145,86	25,92	2,16		
	321	Гороховое пюре	150	6,51	15,96	0,06	32,76	253,50	0,3	0,00	30,00	8,06	75,36	252,1	46,73	80,06		
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,40	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81		
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/6	3,40	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2		
		И т о г о обеда :		76,40	37,18	48,03	109,28	977,16	0,86	18,74	71,94	8,91	133,59	551,06	125,14	84,49		
Всего за 7.04:																		
08.04	278	Тефтели из свинины	60/50	135,50	60,63	70,46	202,12	1658,19	1,16	52,24	72,01	11,60	190,38	909,4	281,21	90,61		
завтрак	312	Картофельное пюре	150,00	25,96	12,83	14,80	112,34	237,00	0,2	1,80	16,99	2,76	30,55	83,42	17,47	5,1		
	75	Икра свекольная	100,00	16,49	3,08	2,33	1,43	109,73	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86		
		Хлеб пшеничный	100,00	10,85	0,94	2,51	4,86	45,20	0,016	0,63	2,80		21,9	24,6	9,4	0,66		
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/6	3,40	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2		
		И т о г о завтрак:		59,10	19,45	20,08	161,28	575,09	1,416	12,18	52,95	3,06	111,5	216,47	68,17	7,15		
обед	42	Салат картофель с зелен горош и соевым соусом	60	7,14	1,77	6,25	9,93	105,11	0,08	13,20	0,06	2,76	15,37	47,62	18,9	0,74		
	88	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	11,07	2,57	6,19	7,76	97,46	0,06	17,54	0,22	0,20	36,27	43,79	27,27	0,65		
	260	Гуляш из куриного филе	50/50	33,02	11,14	12,99	2,80	155,37	0,05	1,10	0,04	2,02	11,7	100,11	14,77	0,95		
	202	Макаронны отварные	150	8,19	5,14	7,28	30,45	205,44	0,05	0,00	0,03	0,63	4,03	35,88	6,8	0,76		
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,40	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81		
	342	Компот из свежих ягод	200.	12,18	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2		
		Итого обеда:		76,40	25,41	33,54	104,24	803,24	0,33	37,84	0,36	6,18	99,27	312,3	98,84	4,44		
Всего за 8.04				135,50	44,86	53,62	265,52	1378,33	1,746	50,02	53,31	9,24	210,77	528,77	167,01	11,59		

Меню

Для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 9.04.2021г

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины					Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
09.04.	289	Рыбу из птицы(филе)	50/150	36,46	10,95	16,49	16,04	235,66	0,13	19,27	0,48	4,40	39,12	135,27	34,85	1,68		
завтрак	70	Огурец соевый порционно	30	5,72	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01				11,5	12	7	0,3		
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
		Печенье слоёное	50	10,65	3,35	3,78	36,03	191,50	0,08	0,00	20,00	0,00	9,875	37,485	13,9	0,715		
	377	Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,87	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2		
		И т о г о завтрак :		59,10	17,30	20,76	95,57	615,32	0,12	40,27	20,01	0,15	30,675	68,985	28,5	1,245		
обед	82	Борщ из свеж капусты со сметаной	250/10	12,70	2,09	6,06	14,04	114,74	0,05	10,26	0,27	0,28	43,5	59,05	26,05	1,19		
	301	Кнегли из филе кур с соусом	80/50	39,81	13,34	19,86	5,06	252,00	0,04	1,46	104,8	0	57,6	88	14,52	1,22		
	171	Капустя тушеная	145	14,27	4,35	12,00	33,21	258,24	0,06	32,40	0,00	1,65	113,7	89,25	42,9	3,45		
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33		
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,40	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81		
	349	Компот из сухофруктов+витами С	200	4,82	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,8	0	0,2	5,84	46	33	0,96		
		И т о г о обед:		76,40	23,32	32,79	110,76	834,72	0,2	34,66	104,80	2,30	194,24	296,15	111,12	6,77		
		ВСЕГО ЗА 9.04		135,50	40,62	53,55	726,08	1450,04	1,04	74,93	124,81	2,45	224,915	365,135	139,62	8,015		