Утверждаю:
Директор МАУ"Детское питание
Гурьевского муниципального округа"
Бочкарева Т.Н.
"01" мая 2022 г

примерное 24-дневное меню для обучающихся ОВЗ завтрак

на 01.05,2022

1 неделя (Завтрак 1-4 класс)			1 неделя (докорм 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	понедельник	выход гр.		
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	20	Щи с мясом и сметаной	200	13,5	
Блинчики с маслом (2 шт)80\10	80\10	25	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Хлеб ржаной	20	1,13	Чай с сахаром	200	2	
Батон пшеничный	30	2,27				
Чай с сахаром и лимоном	200	3				
Йогурт Компина	100	32,5				
Итого		83,9	Итого		17,5	103,9
вторник			вторник			
Курица запеченая	90	38	Суп рыбный с крупой (сайра)	200	21	
Каша гречневая вязкая с маслом	150	10	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Сыр порциями	15	9,87	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Напиток витаминизированный	200	10				
Итого		70,77	Итого		25	98,77
среда			среда			
Огурцы порционные	60	12,5	Макароны отварные с маслом	100	10	
Мясо тушеное	90	69	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Картофельное пюре с маслом	150	20	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	20\20	2,2				
Компот из сухофруктов	200	6				
Итого		109,7	Итого		14	133,2
четверг			четверг			
Запеканка из творога с шоколадным соусом	150	52	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	9	
Фрукты в ассортименте	150	17	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Батон пшеничный	30	2,27	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб ржаной	20	1,1			1,5	
Чай с сахаром	200	2				
Итого		74,37	Итого		14,5	88,37
пятница			пятница			
Кукуруза консервированный	60	21,5	Суп картофельный на м\к бульоне	200	10	
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	35,5	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Макароны отварные с маслом	150	10	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	20\20	2,2				
Чай с шиповником	200	29				
Итого		98,2	Итого		14	114,2
суббота			суббота			
Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	Суп овощной с мясом и сметаной	200	13	
Омлет натуральный	150	35	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Батон пшеничный	30	2,27	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб ржаной	20	1,1				
Горячий шоколад	200	15				
Итого		70,37	Итого		17	87,37

2 неделя (**Завтрак** 1-4 класс)			2 неделя (**докорм** 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	**понедельник**	выход гр.		
Каша кукурузная молочная с маслом	200\5	20	Суп куриный с вермишелью	20	10	
Кондитерские изд (пряник)	30	8,57	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Сыр порциями	15	9,87	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Чай с сахаром	200	2				
Молочный коктейль	200	33,6				
Итого		76,94	**Итого**		14	91,94
вторник			**вторник**			
Фрукты в ассортименте	150	17	Суп картофельный с мясом	200	10	
Курица запеченная	90	38	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Каша гречневая вязкая с маслом	150	10	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб ржаной	20/20	2,2				
Кисель плодово-ягодный	200	6				
Итого		73,2	**Итого**		14	89,2
среда			**среда**			
Горошек консервированный	60	14,5	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	9	
Рыба(горбуша) запеченая с овощами	90	36	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Картофель запеченый	150	12	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Компот из кураги	200	8				
Итого		73,4	**Итого**		13	87,4
четверг			**четверг**			
Омлет с сыром	150	44	Борщ с мясом и сметаной	200	15,5	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	17	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Батон пшеничный	30	2,27	Чай с сахаром	200	2	
Какао с молоком	200	16				
Хлеб ржаной	20	1,1				
Итого		80,37	**Итого**		19,5	101,37
пятница			**пятница**			
Гуляш	90	70	Суп гороховый на м\к бульоне	200	10	
Рис отварной с маслом	150	12	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Сыр порциями	15	9,87	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,83				
Сок фруктовый	200	14				
Итого		108,7	**Итого**		14	121,7
суббота			**суббота**			
Фрукты (яблоко)	150	17	Суп картофельный с фасолью	200	10	
Пудинг из творога с изюмом со сгущеным мс	150	56	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Батон пшеничный	30	2,27	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб ржаной	20	1,1				
Чай с сахаром и лимоном	200	3				
Итого		79,37	**Итого**		14	93,37

3 неделя (**Завтрак** 1-4 класс)			3 неделя (**докорм** 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	понедельник	выход гр.		
Макароны отварные с сыром и маслом	150	11	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	9	
Фрукты в ассортименте	150	17	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9	Чай с сахаром	200	2	
Чай с сахаром	200	2				
Молочный коктейль	200	33,6				
Итого		66,5	**Итого**		13	80,5
вторник			вторник			
Огурцы порционные	90	12,5	Суп гороховый на м\к бульоне	200	10	
Гуляш	90	70	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Картофельное пюре с маслом	150	20	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	3				
Напиток витаминизированный	200	10				
Итого		115,5	**Итого**		14	130,5
среда			среда			
Фрукты в ассортименте	150	17	Суп куриный с вермишелью	200	10	
Запеканка из творога со сгущен.молоком	150	53	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Батон пшеничный	20	1,51	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб ржаной	20	1,1				
Горячий шоколад	200	15				
Итого		87,61	**Итого**		14	102,61
четверг			четверг			
Сыр порциями	15	9,87	Суп картофельный с колбасками и гренка	200	12,5	
Филе птицы тушеное с овощами	90	40	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Макароны отварные с маслом	150	10	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Компот из сухофруктов	200	6				
Итого		68,77	**Итого**		16,5	89,27
пятница			пятница			
Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	Борщ с мясом и сметаной	200	15,5	
Омлет натуральный	150	35	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Горячий сэндвич с сыром	75	22,5	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб ржаной	20	1,1				
Чай с шиповником	200	8				
Итого		83,6	**Итого**		19,5	104,6
суббота			суббота			
Жаркое с курицей	240	41	Суп картофельный с мясом	200	10	
Фрукты в ассортименте	150	17	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	40	2,2	Чай с сахаром	200	2	
Чай с сахаром и лимоном	200	3				
Итого		63,2	**Итого**		14	76,2

4 неделя (**Завтрак** 1-4 класс)			4 неделя (**Докорм** 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	понедельник	зыход гр.		
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	20				
Блинчики со сгущенным молоком	40\10	14	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	10	
Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Чай с сахаром	200	2	Чай с сахаром	200	2	
Йогурт Компина	100	32,5				
Итого		70,5	**Итого**		14	84,5
вторник			вторник			
Бефстроганов	90	73	Макароны отварные с маслом	150	10	
Рис отварной с маслом	150	12	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Сыр порциями	15	9,87	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Кисель плодово – ягодный витаминизирова	200	6				
Итого		103,77	**Итого**		14	120,27
среда			среда			
Пудинг из творога с яблоами и сгущ. Молоко	150	59	Щи вегетарианские со сметаной	200	11	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	17	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Сыр порциями	15	9,87	Чай с сахаром	200	2	
Батон пшеничный	20	1,1				
Хлеб ржаной	20	1,1				
Чай с сахаром и лимоном	200	3				
Итого		91,07	**Итого**		15	106,07
четверг			четверг			
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	17	Суп картофельный с мясом	200	10	
Рыба (горбуша) запеченая с сыром	90	41	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Картофель запеченый	150	12	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Компот из кураги	200	8				
Итого		80,9	**Итого**		14	96,9
пятница			пятница			
Огурцы порционные	60	12,5	Рассольник с мясом и сметаной	200	12,5	
Гуляш	90	70	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Макароны отварный с маслом	150	10	Чай с сахаром	200	2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50	2,9				
Сок фруктовый	200	14				
Итого		109,4	**Итого**		16,5	129,9
суббота			суббота			
Омлет с сыром	150	44	Каша гречневая вязкая с маслом	100	7	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	17	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2	
Батон пшеничный	30	2,27	Чай с сахаром	200	2	
Какао с молоком	200	16				
Хлеб ржаной	20	1,1				
Итого		80,37	**Итого**		11	91,37
		84,19			15,833	100,98

Утверждаю:
Директор МАУ"Детское питание
Гурьевского муниципального округа"
Бочкарева Т.Н. _____
"01" мая 2022 г

примерное 24-дневное меню для овз обед
на 01,05,2022

1 неделя (Докорм 1-4 класс)			1 неделя (Обед 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	**понедельник**	выход гр	с\с	
Булочка Сырная	75	18	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Щи с мясом и сметаной	200	13,5	
			Плов с курицей	250	36	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот из сухофруктов	200	6	
Итого		20	**Итого**		75,5	95,5
вторник			**вторник**			
Булка с помадкой	50	12	Икра кабачковая	6	10	
Чай с сахаром	200	2	Суп рыбный с крупой (сайра)	200	21	
			Курица запеченая с сыром	90	45	
			Картофельное пюре	150	20	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот фруктово-ягодный	200	6	
Итого		14	**Итого**		105	119
среда			**среда**			
Сдоба Сибирячка	80	15	Огурцы порционные	60	12,5	
Чай с сахаром	200	2	Рассольник с мясом и сметаной	200	12,5	
			Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	35,5	
			Макароны отварные с маслом	150	10	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Чай с сахаром	200	2	
Итого		17	**Итого**		75,5	92,5
четверг			**четверг**			
Булочка Сырная	75	18	Кукуруза консервированная	30	10,5	
Чай с сахаром	200	2	Свекольник с мясом и сметаной	200	16	
			Котлета мясная	90	51	
			Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	14	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Сок фруктовый	200	14	
Итого		20	**Итого**		109	128,5
пятница			**пятница**			
Булка с помадкой	50	12	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Суп картофельный на м\к бульоне	200	10	
			Рыба (минтай) тушеная с овощами	90	31	
			Рис отварной с маслом	150	12	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Напиток витаминизированый	200	10	
Итого		14	**Итого**		83	97
суббота			**суббота**			
			Свекла тушеная с яблоком	60	7,5	
			Суп овощной с мясом и сметаной	200	13	
			Бефстроганов	90	73	
			Пюре из гороха	150	9	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Отвар из шиповника	200	8	
Итого		0	**Итого**		114	113,5

2 неделя (докорм 1-4 класс)			2 неделя (Обед 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	понедельник	ыход г	с\с	
Сдоба Сибирячка	80	15				
Чай с сахаром	200	2	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
			Суп куриный с вермишелью	200	10	
			Гуляш	90	70	
			Рис отварной с маслом	150	12	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот фруктово-ягодный	200	6	
Итого		17	Итого		118	135
вторник			вторник			
Булочка Сырная	75	18	Горошек консервированный	30	10,05	
Чай с сахаром и лимоном	200	2,5	Суп картофельный с мясом	200	10	
			Печень говяжья тушеная в сметанном соу	90	36	
			Макароны отварные с маслом	150	10	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Напиток витаминизированый	200	10	
Итого		20,5	Итого		79,1	99,55
среда			среда			
Булка с помадкой	50	12	Маринад из моркови	60	6,5	
Чай с сахаром	200	2	Уха с рыбой	200	23	
			Котлета мясная	90	51	
			Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	14	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Сок фруктовый	200	14	
Итого		14	Итого		112	125,5
четверг			четверг			
Сдоба Сибирячка	80	15	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Борщ с мясом и сметаной	200	15,5	
			Котлета рыбная	90	25	
			Сложный гарнир	100/50	16	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Чай с сахаром	200	3	
Итого		17	Итого		79,5	96,5
пятница			пятница			
Булочка Сырная	75	18	Огурцы порционные	60	12,5	
Чай с сахаром	200	2	Суп гороховый с мясом	200	10	
			Жаркое с курицей	240	41	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот из кураги	200	8	
Итого		20	Итого		74,5	94,5
суббота			суббота			
			Икра свекольная	60	7,5	
			Суп картофельный с фасолью	200	10	
			Курица запеченная	90	38	
			Каша пшенная вязкая с маслом	150	7	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот фруктово-ягодный	200	6	
Итого		0	Итого		71,5	71,5

3 неделя (**докорм** 1-4 класс)			3 неделя (**Обед** 1-4 класс)			
понедельник	**выход гр.**	**с\с**	**понедельник**	**ыход г**	**с\с**	
Булка с помадкой	50	12	Икра кабачковая	30	5,5	
Чай с сахаром	200	2	Суп овощной с мясом и сметаной	200	13	
			Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	35,5	
			Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	14	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот из сухофруктов	200	6	
Итого		14	**Итого**		77	91
вторник			**вторник**			
Булка Сырная	75	18	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Суп гороховый с мясом	200	10	
			Запеканка куринная	90	35	
			Макароны отварные с маслом	150	10	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот фруктово-ягодный	200	6	
Итого		20	**Итого**		81	101
среда			**среда**			
Сдоба Сибирячка	80	15	Кукуруза консервированная	30	10,15	
Чай с сахаром	200	2	Суп куриный с вермишелью	200	10	
			Рыба(минтай) запеченная под сырно-ово	90	41	
			Картофельное пюре с маслом	150	20	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Сок фруктовый	200	14	
Итого		17	**Итого**		98,2	115,15
четверг			**четверг**			
Булочка с помадкой	50	12	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Суп картофельный с колбасками и гренка	200	12,5	
			Гуляш	90	70	
			Рис отварной с маслом	150	12	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Отвар шиповника	200	8	
Итого		14	**Итого**		123	136,5
пятница			**пятница**			
Булка Сырная	75	18	Яйцо отварное	40	10,5	
Чай с сахаром	200	2	Сыр порциями	10	6,,58	
			Борщ с мясом и сметаной	200	15,5	
			Биточек из птицы	90	40	
			Картофель запеченый	150	12	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Чай с сахаром	200	2	
Итого		20	**Итого**		83	103
суббота			**суббота**			
			Икра свекольная	60	7,5	
			Суп картофельный с мясом	200	10	
			Бефстроганов	90	73	
			Каша пшенная вязкая с маслом	150	7	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот фруктово-ягодный	200	6	
Итого		0	**Итого**		107	106,5

4 неделя (**докорм** 1-4 класс)			4 неделя (**Обед** 1-4 класс)			
понедельник	выход гр.	с\с	понедельник	ыход г	с\с	
Сдоба Сибирячка	80	15	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Солянка мясная	200	23,5	
			Филе птице запеченное с овощами	90	40	
			Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	11	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Напиток витаминизированный	200	8	
Итого		17	**Итого**		103	119,5
вторник			вторник			
Булка Сырная	75	18	Маринад из моркови	60	6,5	
Чай с сахаром	200	2	Суп куриный с рисом	200	11	
			Бигос с курицей	240	41	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот фруктово-ягодный	200	6	
Итого		20	**Итого**		67,5	87,5
среда			среда			
Булка с помадкой	50	12	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	17	
Чай с сахаром	200	2	Щи вегетарианские со сметаной	200	11	
			Чахохбили	90	37	
			Картофельное пюре	150	20	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Сок фруктовый	200	14	
Итого		14	**Итого**		102	116
четверг			четверг			
Сдоба Сибирячка	80	15	Горошек консервированный	30	10,05	
Чай с сахаром	200	2	Суп картофельный с мясом	200	10	
			Мясо тушеное в сметане	90	85	
			Макароны отварный с маслом	150	10	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот из сухофруктов	200	6	
Итого		17	**Итого**		124	141,05
пятница			пятница			
Булочка Сырная	75	18	Ассорти из свежих овощей	60	13	
Чай с сахаром	200	2	Рассольник с мясом и сметаной	200	12,5	
			Бефстроганов	90	73	
			Сложный гарнир	100\50	16	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Чай с сахаром	200	2	
Итого		20	**Итого**		120	139,5
суббота			суббота			
			Маринад из моркови	60	6,5	
			Борщ с фасолью с мясом и сметаной	200	13	
			Рыба(минтай) запеченная под сырно - ов	90	41	
			Каша гречневая вязкая с маслом	150	10	
			Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	
			Компот из смеси фруктов	200	6	
Итого		0	**Итого**		79,5	79,5
		14,44			94,1	108,53