

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 26.04.2021г. -27.04.2021г.

Дата	№ рецепта	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины									
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е						
26.04																		
	223	Затяжка из творога с молоком сгущенным	150/20	44,44	17,64	12,14	27,22	288,00	0,262	0,80	74,20	0,00						
	14	Масло сливочное порционно	15	9,75	0,12	10,88	0,20	99,00	0	0,00	60,00	0,39						
	377	Багет	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,00						
		Чай с сахаром +витамины С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00						
		Итого за завтрак:	415	59,10	20,20	23,34	56,91	517,14	0,29	0,83	134,20	0,39						
		Борщ из свеж капусты со сметаной	250/10	12,85	1,83	4,90	11,75	98,40	0,05	10,3	0	2,4						
	260	Гуляш из куриного филе	50/50	29,01	6,59	14,07	2,14	162,68	0,1	0,24	0,01	0,35						
	312	Гороховое пюре	150,00	7,83	3,08	2,33	1,43	109,73	1,16	3,75	33,15	0,15						
		Хлеб пшеничный	40	3,20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03						
		Хлеб рж-пшеничный	40	3,20	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42						
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/4	3,01	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00						
		Итого обед :	800	59,10	16,04	21,95	55,55	558,91	1,39	14,32	33,16	3,35						
		Всего за 26.04:	1215	118,20	36,24	45,29	112,46	1076,05	1,68	15,15	167,36	3,74						
27.04	73	Икра кабачковая	40	4,84	0,45	2,18	2,43	31,17	0,018	2,93	0,00	1,08						
	301	Кнедли из филе кур с соусом	80/50	39,81	13,34	19,86	5,06	252,00	0,04	1,46	104,80	0,00						
	202	Макаронны отварные	150	6,43	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95						
		Хлеб пшеничный	40	3,20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03						
	349	Компот из сухофруктов+витамины С	200	4,82	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,8	0	0,2						
		Итого завтрак:	560	59,10	22,33	30,08	97,83	752,85	0,17	5,19	104,80	3,26						
		Суп картофельный с горохом	250	9,39	5,49	5,27	16,54	148,25	0,2275	5,83	0,00	0,00						
	266	Биточки куринные с соусом	75/50	27,62	10,86	14,56	2,81	186,04	0,04	0,54	13,52	0,00						
	321	Капустя тушеная	150	14,69	4,35	12,00	33,21	258,24	0,06	32,40	0,00	1,65						
		Хлеб пшеничный	40	3,20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03						
		Булочка	50	19,47	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42						
	377	Чай с сахаром +витамины С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00						
		Итого обед:	815	76,40	25,24	32,48	92,79	780,63	0,41	38,80	13,52	2,10						
		Всего за 27.04	1375	135,50	47,57	62,56	190,62	1533,48	0,58	43,99	118,32	5,36						

Меню

Для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчужского района на период с 1.04 по 02.04.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	
28.04	260	Гуляш из курдючного филе	50/50	36,50	6,59	14,07	2,14	162,68	0,1	0,24	0,01	0,35	
завтрак	202	Гречневая каша-гарнир	150	14,51	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	
		Хлеб пшеничный	60	4,80	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0,00	0,00	0,52	
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	3,29	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	
		Итого завтрак:	515	59,10	15,17	22,17	78,03	569,86	0,21	21,24	0,02	2,94	
обед	75	Икра свекольная	50	5,54	1,42	0,06	13,72	111,18	0,016	3,40	0,00	0,00	
		Рассолыник по-ленинградски со сметаной	250/10	15,69	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,375	0	0	
	96	Рагу из кур	50/150	36,77	7,46	8,29	9,44	142,00	0,05	0,41	33,00	0,00	
	278	Хлеб пшеничный	40	3,20	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	
		Хлеб рж-пшеничный	40	3,20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	
	342	Сок	200	12,00	0,16	0,16	23,88	97,60	0,01	1,8	0	0	
		Итого обед:	790	76,40	15,11	14,23	88,33	597,14	0,23	13,99	33,00	0,66	
		ВСЕГО ЗА 28.04	1305	135,50	30,28	36,40	166,36	1167,00	0,44	35,23	33,02	3,60	
29.04		Плов из филе кур	50/150	35,85	5,58	10,00	3,91	127,95	0,0125	0,67	16,90	0,30	
		Хлеб пшеничный	40	3,20	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	
		Батон	40	3,84	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	
		Сыр порционно	20	12,34	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,87	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	
		Итого завтрак:	507	59,10	10,46	10,64	62,89	388,23	0,07	0,73	16,90	1,08	
		Борщ из свеж капусты со сметаной	250/10	12,70	1,83	4,90	11,75	98,40	0,05	10,3	0	2,4	
обед	82	Огурец соленый порционно	25	4,77	0,40	0,05	0,85	5,00	0,01				
	70	Запеканка картофельная с мясом(филе кур)	50/150	38,45	22,95	28,81	27,31	448,28	0,34	6,59	27,59	0,00	
	289	Вардиз Клависческие 3шт	53	10,86	4,17	1,99	38,55	189,00	0,06	0	40,1	0	
		Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	
	349	Копilot из сухофруктов	200	4,82	0,46	0,00	29,76	116,00	0	3	0	0,06	
		Итого обед	798	76,40	33,86	36,38	137,53	995,79	0,52	19,89	67,69	3,12	
		ВСЕГО ЗА 29.04		135,50	44,32	47,02	200,42	1384,02	0,59	20,62	84,59	4,20	

Меню

Для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 30.04.2021г.

Дата	№ рецепт	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины									
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е						
30.04		Сагат картофельный с зелен горош и соленым огурцом	85	10,42														
завтрак	268	Котлета рыбная с соусом	75/50	30,47	7,05	13,34	9,01	184,22	0,5125	0,83	19,82	0,59						
	321	Рис отварной	150	11,38	4,35	12,00	33,21	258,24	0,06	32,40	0,00	1,65						
		Хлеб пшеничный	60	4,80	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39						
	377	Чай с сахаром +витамины С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00						
		Итого завтрак:	620	59,10	13,84	25,66	71,71	572,60	0,60	33,26	19,82	2,63						
обед	67	Винегрет овощной	60	6,72	1,62	6,20	8,90	97,88	0,1	13,00	0,00	2,95						
	88	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	11,07	1,80	4,98	8,13	84,48	0,08	18,48	0,00	2,38						
		Жаркое по-домашнему из филе кур	50/150	40,03	14,60	23,68	28,44	370,12	0,17	7,73	0,00	0,00						
	259	Хлеб пшеничный	40	3,20	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39						
		Хлеб рж-пшеничный	40	3,20	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27						
	342	Компот из ягод	200.	12,18	0,16	0,16	23,88	97,60	0,01	1,8	0	0						
		Итого обед:	800	76,40	22,23	35,65	98,66	789,19	0,42	41,01	0,00	5,99						
		ВСЕГО ЗА 30.04	1420	135,50	36,07	61,31	170,37	1361,79	1,02	74,27	19,82	8,62						