



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200		6,8	7,3	33,6	228,1
ПШЕНО	37,8	37,4	4,2	1	25,5	127,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,5	62,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	94,8	94,8	2,6	2,3	4,5	49,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	60		7,5	11,2	14,1	187
Сыр российский	39	27	5,8	7,4	0	91,0
Масло сладко-сливочное несоленое	5	5	0	4,1	0	37,4
Батон нарезной	30	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,2	0,1	6,8	28,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,2	0	0,5	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,6	59,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,7	16,7	0	0	16,2	64,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА	60		3,5	2,8	45,0	219,6
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	62	62	3,5	2,8	45	219,6
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
			25,1	26,5	128,4	861,7
Второй завтрак						
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0



МЕНЮ ОВЗ ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		60	0,7	0,1	2,3	14,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,4	60,3	0,7	0,1	2,3	14,5
ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ (ЕЖИКИ)		90/30	9,4	10,9	7,8	169,5
ГОВЯДИНА Б/К	61	53	7,7	6,6	0	89,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,5	6,5	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	5,5	5,4	0,4	0,1	3,9	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,9	19,2	0,3	0	1,6	7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8	0,2	1,2	0,3	15,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,5	23,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,3	3,3	0,1	0	0,4	2,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,0	5,1	20,4	140,0
КАРТОФЕЛЬ	203,75	122,25	2,3	0,5	19,3	91,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,7	23,7	0,7	0,6	1,1	12,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	89,85	89,85	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200			16,2	64,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,7	16,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,7	16,7	0	0	16,2	64,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			15,9	16,4	65,2	476,8
Второй завтрак						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		50	2,5	0,3	27,9	124,5
ПОВИДЛО	20	20	0,1	0	13,2	53,1
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,4	0,3	14,7	71,4
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	16,5	22,4	2,6	277,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	137	95	15,9	16,1	0	207,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,2	3,2	0,3	0	2,1	10,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,4	30,4	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,4	10,4	0,3	1,6	0,4	20,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,6	0,7	35,9	172,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	315	315	0	0	0	0,0
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,8	3,0	21,3	128,3
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,7	16,7	0	0	16,2	64,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		110	0,4	0,4	10,8	48,8
ЯБЛОКИ	125	110	0,4	0,4	10,5	50,1
			30,1	27,0	107,0	791,6
Второй завтрак						
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		110	0,4	0,4	10,8	48,8
ЯБЛОКИ	125	110	0,4	0,4	10,5	50,1

Утверждаю
 Директор МБОУ Ириклинская СОШ
 Важенина О.В.



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		16	3,5	4,5		54,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	18	16	3,5	4,4	0	54,6
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ		180	14,8	10,7	27,1	266,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0	0	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0	0	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0	0	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0	0	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0	0	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0	0	0	0	0	0,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	67,6	67,6	11,8	5,9	1,9	110,8
КРУПА МАННАЯ	7,6	7,6	0,8	0,1	5,2	24,3
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
МОРКОВЬ	30	22,6	0,3	0	1,6	7,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,23	0,7	0,6	0	8,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22,6	22,6	0,7	0,6	1,1	11,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,7	1,7	0	1,6	0	14,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3,5		15,1	102,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА		30	0,8	1,0	23,2	106,2
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		100	0,4	0,4	9,8	44,4
ЯБЛОКИ	116	100	0,4	0,4	9,5	45,6
			24,5	16,7	85,2	621,9
Второй завтрак						
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		100	0,4	0,4	9,8	44,4
ЯБЛОКИ	116	100	0,4	0,4	9,5	45,6



МЕНЮ ОВЗ ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	0,8	6,1	4,0	73,8
КАРТОФЕЛЬ	16,8	12,6	0,3	0,1	2	9,4
СВЕКЛА	12	9	0,1	0	0,8	3,7
МОРКОВЬ	8	6	0,1	0	0,4	2,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,4	9	0,1	0	0,2	1,2
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	12,6	9	0,2	0	0,3	2,1
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	11,4	9	0,1	0	0,3	1,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	6	0	53,9
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		110	11,5	14,1	8,7	207,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,6	4,7	0,1	0	0,4	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,2	0	1	4,6
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0	0	0,1	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0	0	0	0,2
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,4	0,3	0	0	0	0,2
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,2	0	0,5	2,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,6
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0	0	0,3	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	70	57	10	8,6	0	117,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	13,2	13,2	1	0,1	6,4	30,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,9	17,9	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7	0	3,8	0	34,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	8,4	6,2	38,3	243,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69,2	69,2	8,4	2,2	38,3	206,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,8	103,8	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	112,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5

			25,9	31,6	124,6	886,2
Второй завтрак						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА		50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80		1,2	4,1	7,5	72,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	78,9	63,1	1,1	0,1	2,9	17,2
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,7	7,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	4	16,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	4	0	36,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200		17,8	23,2	43,9	455,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	117	80	13,4	13,6	0	175,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,3	9,3	0	9	0	81,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,3	0,1	0	0,8	3,7
МОРКОВЬ	14,2	10,7	0,1	0	0,7	3,6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6,7	6,7	0,2	0	0,8	4,3
КРУПА РИСОВАЯ	58,59	58	4	0,6	41,6	187,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200				16,2	64,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,7	16,7	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	16,7	16,7	0	0	16,2	64,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
			27,4	32,6	95,1	793,3
Второй завтрак						
ЙОГУРТ	200		5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0



МЕНЮ

ОВЗ

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		60	6,9	11,3	18,5	204,7
СЫР РОССИЙСКИЙ	23	18	4,2	5,3	0	65,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	5	0	44,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	36	36	2,7	1	18,5	94,3
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	6,5	8,0	28,9	214,2
КРУПА РИСОВАЯ	13,13	13	0,9	0,1	9,3	42,0
ПШЕНО	13,13	13	1,5	0,4	8,9	44,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,2	23,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	145,2	145,2	4,1	3,5	6,8	76,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	0,3	0,1	14,9	60,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	14,6	14,6	0	0	14,2	56,6
ЛИМОН	11,2	6,8	0,1	0	0,2	2,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА		60	1,7	2,0	46,4	212,4
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	60	60	1,7	2	46,4	212,4
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	172	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			17,3	22,2	131,9	803,2
Второй завтрак						
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	172	150	0,6	0,6	14,7	70,5



МЕНЮ ОВЗ ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	80		0,7	4,9	3,0	60,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	38,9	38,4	0,4	0,1	1,5	9,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	35,1	28	0,2	0	0,7	3,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,4	9,6	0,1	0	0,8	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,8	0	43,2
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200		12,4	14,4	14,8	235,8
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	76	63	9,7	0,6	0	44,0
КАРТОФЕЛЬ	102,7	77	1,5	0,3	12,2	57,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66	66	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,4	0	2,4	11,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,2	0	0	0,1	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,04	0,04	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,7	2,5	0,6	0,7	0	8,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
КИСЕЛЬ	200		0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА	61		4,5	5,9	44,6	250,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	61	61	4,5	5,9	44,6	250,2
			20,0	25,5	105,4	730,2
Второй завтрак						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ КРЕМА	61		4,5	5,9	44,6	250,2
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	61	61	4,5	5,9	44,6	250,2

Утверждаю
 Директор МБОУ Ириклинская СОШ
 Важенина О.В.



МЕНЮ ОВЗ ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	14,0	27,0	2,6	309,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,59 шт.	104,25	12,8	11,6	0,7	158,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	38,8	38,8	1,1	1	1,8	20,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,1	5,1	0	4,1	0	37,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	12,9	12,9	0,1	10,3	0,1	93,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,1	8,3	0,1	75,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,2	0,1	15,0	60,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
БАТОН		40	3,2	0,4	19,6	95,2
БАТОН ПРОСТОЙ	40	40	3,2	0,4	19,6	95,2
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		130	0,5	0,5	12,7	57,6
ЯБЛОКИ	165	130	0,5	0,5	12,3	59,3
			18,0	36,3	50,0	597,6
Второй завтрак						
ФРУКТЫ МЫТЫЕ		130	0,5	0,5	12,7	57,6
ЯБЛОКИ	165	130	0,5	0,5	12,3	59,3