



**Примерное меню на двухразовое питание  
для детей ОВЗ, МБОУ СОШ № 13**

	Наименование блюда	Выход в граммах	Цена (руб)
<b>1 день</b>			
<b>Завтрак</b>			
1	Булочка с кунжутом(чах-мах)	90	33,00
2	Яблоко	85	8,49
3	Сок натуральный	200	17,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
<b>Обед</b>			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	10,50
2	Сыр твёрдый порционный	15	13,40
3	Сосиски отварные ганноверские	55	31,50
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,00
5	Салат из квашеной капусты	25	5,60
6	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
7	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
<b>2 день</b>			
<b>Завтрак</b>			
1	Расстегаи с куриным мясом	81	40,49
2	Мармелад	30	14,00
3	Чай с сахаром	200/15	4,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
<b>Обед</b>			
1	Суп картофельный с горохом	200	11,00
2	Биточки из говядины	70	42,00
3	Пюре картофельное	150	19,00
4	Винегрет овощной	20	3,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
<b>3 день</b>			
<b>Завтрак</b>			
1	Котлета в тесте	79	42,49
2	Вафля «Твист»	22,5	12,00
3	Чай с сахаром	200/15	4,00

	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
	<b>Обед</b>		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	9,70
2	Паггетсы куриные	4/20	44,00
3	Рис отварной	150	12,00
4	Помидоры свежие с зеленью,маслом растит.	25	9,30
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>4 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Сосиска в тесте	81	43,49
2	Батончик «Бонфетти»	25	11,00
3	Чай с сахаром	200/15	4,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
	<b>Обед</b>		
1	Борщ с капустой и картофелем	200	10,50
2	Тефтели из говядины с рисом с соусом	75/30	46,50
3	Каша пшеничная	150	8,50
4	Огурцы свежие с зеленью,маслом раст.	25	6,50
5	Компот из сухофруктов витамин.	200	7,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>5 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Рогалик с маком	81	30,49
2	Вафля «Джумка»	37	24,00
3	Чай с сахаром	200/15	4
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
	<b>Обед</b>		
1	Суп картофельный с рисом	200	10,00
2	Филе грудки куриной запеченное	60	47,20
3	Макаронные изделия отварные	150	11,80
4	Салат из моркови с маслом растительным	30	6,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>6 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Булочка домашняя	98	24,49
2	Сырок глазированный	40	17,00

3	Сок натуральный	200	17,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
	<b>Обед</b>		
1	Суп картофельный с горохом	200	11,00
2	Сыр твёрдый порционный	10	8,93
3	Сосиски отварные ганноверские	55	31,50
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,00
5	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	9,57
6	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
7	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>7 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Расстегаи с куриным мясом	81	40,49
2	Яблоко	140	14,00
3	Чай с сахаром	200/15	4,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
1	Суп картофельный с вермишелью	200	10,50
2	Котлета из говядины	70	42,00
3	Пюре картофельное	150	19,00
4	Свекла отварная с огурцом сол. и кап.квашеной	20	3,50
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>8 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Рогалик с повидлом	98	29,49
2	Вафля «Гвист»	22	12,00
3	Сок натуральный	200	17,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
1	Борщ Сибирский	200	9,80
2	Филе грудки куриной запеченное	60	47,20
3	Рис отварной	150	12,00
4	Салат из моркови с маслом растительным	30	6,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>9 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Пирожок с ананасовой начинкой	79	34,49
2	Сырок глазированный	40	17,00

3	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
	<b>Обед</b>		
1	Суп картофельный с рисом	200	10,00
2	Гуляш из говядины отварной	25/25	52,75
3	Каша пшеничная	150	8,50
4	Огурцы солёные	25	3,75
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>
	<b>10 день</b>		
	<b>Завтрак</b>		
1	Сосиска в тесте	81	43,49
2	Кофе с молоком	200	15,00
	<b>Итого:</b>		<b>58,49</b>
	<b>Обед</b>		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	9,70
2	Наггетсы куриные	4/20	44,00
3	Макаронные изделия отварные	150	11,80
4	Огурцы свежие с зеленью,маслом растит.	25	6,50
5	Компот из сухофруктов витамин.	200	7,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>85,00</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>143,49</b>