

«УТВЕРЖДЕНО»
Директор МБОУ Павлоградской
гимназии им. В.М.Тытаря
В.И.Попруга

« »

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 590B9E02BADA5A7348DE9A17B634DE
Владелец: Попруга Виталий Иванович
действителен с 14.02.2023 до 09.05.2024

МЕНЮ на 2024-2024 учебный год (на 10 дней)

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

<i>Первая неделя</i>							
<i>Понедельник, день первый</i>							
№ п/п	№ технокарты	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак							
1.	22	Каша молочная (рисовая, пшенная, манная) жидкая с маслом	250	8,32	11,25	26,27	233,8
2.	3	Бутерброд с маслом и сыром или бутерброд с маслом и повидлом	40 20/5/ 15	4,6	9,9	10,7	152
3.	5	Чай с сахаром	200/1 5	0,2	-	15,0	58,0
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Обед							
1	37	Гречка отварная	150	13,02	11,7	63,9	443,25
2	44	Соус томатный	50	0,87	3,15	6	55,88
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	2	15,04	57,19
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

**Первая неделя
Вторник, день второй**

Завтрак

1	38	Макароны отварные с маслом	180	6,12	9	34,2	243,02
2	30	Котлета мясная	100	14,2	11,4	13,0	214,0
3	44	Соус томатный	50	0,87	3,15	6,0	55,88
4	5	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0
5		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

Обед

1	14	Суп картофельный	200	2,9	2,5	21	120
2	5	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0
3		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

**Первая неделя
Среда, день третий**

Завтрак

1	37	Гречка отварная	200	9,94	7,48	47,78	307,26
2	33	Гуляш из курицы	100	13,3	21,82	2,25	260,25
3	6	Чай с сахаром и лимоном или	200	0,2	-	15,0	58,0
	8	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,7	1,4	16,1	81
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

Обед

1	15	Борщ из овощей	200	1,8	4,91	12,74	102,5
2	5	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0
3		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

**Первая неделя
Четверг, день четвертый**

Завтрак

1	41	Картофельное пюре	180	3,78	9,54	26,46	135
3	27	Рыба тушеная с томатным соусом с овощами или	100/70	15,72	8,9	7,4	170

	35	Мясо тушеное с овощами	100	10	17	4	210
4	50	Салат из свежих овощей	50	1,6	4,4	8,3	77,5
5	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
6		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Обед							
1	38	Макаронны отварные с маслом	150	5,1	9,15	34,2	244,5
2	44	Соус томатный	50	0,87	3,15	6	55,88
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	2	15,04	57,19
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Первая неделя Пятница, день пятый							
Завтрак							
1	14	Суп картофельный с макаронными изделиями или	250	2,9	2,5	21	120
	13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,8	4,91	12,74	102,5
2		Кондитерское изделие	80	1,5	19,5	43,1	145,6
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Обед							
1	39	Рис отварной	180	4,2	6,4	40,8	250,7
2	44	Соус томатный	50	0,87	3,15	6	55,88
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	2	15,04	57,19
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Вторая неделя Понедельник, день первый							
Завтрак							
1	39	Рис отварной	180	4,2	6,4	40,8	250,7
2	32	Тефтели в томатном соусе	100/50	14,9	10,5	13,1	209
3		Сок фруктовый	200	0,2		15,04	57,19
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Обед							
1	14	Суп картофельный	200	2,9	2,5	21	120
2	5	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0
3		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

**Вторая неделя
Вторник, день второй**

Завтрак

1	37	Гречка отварная	200	9,94	7,48	47,78	307,26
2	33	Гуляш из курицы	100\50	13,3	21,8 2	2,25	260,25
3	11	Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,004		24,7	
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

Обед

1	41	Картофельное пюре	180	3,78	9,54	26,46	135
2	5	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0
3		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

**Вторая неделя
Среда, день третий**

Завтрак

1	38	Макароны отварные с маслом	180	6,12	9	34,2	243,02
2	30	Котлета мясная	100	14,43	33,5	3,46	400,4
3	44	Соус томатный	50	0,87	3,156	6	55,88
	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	57,19
4		Хлеб порционный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

Обед

1	14	Суп картофельный	200	2,9	2,5	21	120
2	5	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0
3		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

**Вторая неделя
Четверг, день четвертый**

Завтрак

1	29	Жаркое по-домашнему	200\50	42,54	10,91	37,85	419,45
2		Овощи свежие	50	0,22	9,25	15,1	25,8
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28

Обед							
1	37	Гречка отварная	150	13,02	11,7	63,9	443,25
2	44	Соус томатный	50	0,87	3,15	6	55,88
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	2	15,04	57,19
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Вторая неделя Пятница, день пятый							
Завтрак							
1.	41	Картофельное пюре	180	3,78	9,54	26,46	135
2	35	Голень куриная	100	12,4	8,8	6,96	154,4
3		Овощи свежие	50	0,22	9,25	15,1	25,8
4	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
5		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
Обед							
1		Суп молочный с макарон изделиями	200	8,25	11,25	25,8	233,8
2	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
3		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28