



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБОУ «Елабужская школа» №7
 для детей с ограниченными возможностями здоровья
 «ЕЛАБУЖСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА №7»
 /Зинатуллин И.М./

**Примерное двухнедельное меню
 горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся
 на период с 1 января по 31 мая 2020г.**

1 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Раженка	165	8,51
Каша молочная геркулесовая	5/150	5,25
Молоко кипяченое	200	6,93
Апельсин	240	18,72
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		44,83
Обед		
Салат из моркови	100	1,94
Борщ из св/капусты со сметаной с мясом	25/10/250	17,94
Сосиски отварные	50	8,87
Каша рассыпчатая гречневая	150	3,47
Сокодержавший напиток	200	4,57
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		40,32
Всего		85,15

2 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Каша молочная Дружба	5/150	5,18
Какао с молоком	200	4,18
Яблоко	120	5,63
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		20,41
Обед		
Салат из свеклы	100	1,96
Суп картофельн с макаронами с мясом	25/250	15,55
Птица отварная	75	17,09
Пюре картофельное	150	4,26
Компот из сухофруктов	200	1,35
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		43,74
Всего		64,15

3 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Кефир	165	7,22
Запеканка из творога	10/150	31,94
Чай с сахаром	200	0,56
Апельсин	120	9,36
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		54,50
Обед		
Салат из свежей капусты	100	1,95
Рассольник Ленинградский со сметаной	10/250	5,10
Гуляш из говядины	50/75	26,02
Макароны отварные	150	3,25
Молоко кипяченое	200	6,93
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		46,78
Всего		101,28

5 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Сыр порционный	30	10,88
Каша молочная пшенная	5/150	5,55
Ряженка	165	8,51
Сокодержавший напиток	1/201	6,00
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		32,59
Обед		
Салат из свеклы	100	1,96
Щи из свежей капусты со сметаной	10/250	4,76
Шницель натуральный рубленый	80	25,5
Рагу из овощей	200	5,73
Компот из сухофруктов	200	1,35
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		42,83
Всего		75,42

4 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Омлет натуральный	5/105	14,16
Молоко кипяченое	200	6,93
Ряблоко	120	5,63
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		32,14
Обед		
Салат из моркови	100	1,94
Суп картофельн. с рыбными фрикадельками	50/250	16,53
Рыба тушеная с овощами	75/150	26,96
Капуста тушеная	200	7,64
Сокодержавший напиток	200	4,57
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		61,17
Всего		93,31

6 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Кефир	165	7,22
Каша молочная рисовая	5/150	5,75
Ряблоко	240	11,26
Компот из сухофруктов	200	1,35
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		31
Обед		
Салат из свежей капусты	100	1,95
Суп гороховый с мясом	25/250	16,40
Сосиски отварные	50	8,87
Макароны отварные	150	3,25
Сокодержавший напиток	200	4,57
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		38,57
Всего		69,57

7 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Запеканка из творога	10/150	31,94
Молоко кипяченое	200	6,93
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		44,29
Обед		
Салат из моркови	100	1,94
Борщ из св.капусты с мясом со сметаной	10/25/250	17,94
Плов из курицы с перловкой	75/2/15	21,14
Сокодержавший напиток	200	4,57
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		49,12
Всего		93,41

8 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Ряженка	165	8,51
Дйло вареное	1/40	5,50
Каша молочная геркулесовая	5/150	5,25
Сокодержавший напиток	200	4,57
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		29,25
Обед		
Салат из свеклы	100	1,96
Щи из свежей капусты со сметаной	10/250	4,76
Жаркое по домашнему	50/200	27,27
Какао с молоком	200	4,18
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		41,70
Всего		70,95

9 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Сыр порционный	30	10,88
Каша молочная пшенная	5/150	5,55
Молоко кипяченое	200	6,93
Яблоко	120	5,63
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		30,64
Обед		
Салат из свежей капусты	100	1,95
Уха	35/250	15,28
Фрикадельки рыбные	50	13,74
Рагу из овощей	200	5,73
Компот из сухофруктов	200	1,35
Печенье	40	2,05
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		43,63
Всего		74,27

10 день	Выход (гр.)	Сумма
Завтрак		
Омлет натуральный	5/105	14,16
Кефир	165	7,22
Чай с сахаром	200	0,56
Апельсин	240	18,72
Масло сливочное	10	3,77
Хлеб пшеничный	50	1,65
Итого		46,08
Обед		
Салат из моркови	100	1,94
Суп картофельный с пшеном с курицей	25/250	9,15
Котлета натуральная рубленая	50	21,36
Картофельное пюре	150	4,26
Компот из сухофруктов	200	1,35
Хлеб пшеничный	50	1,65
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,88
Итого		41,59
Всего		87,67

Составили:

Повар

Мед.сестра

Бухгалтер

/Хамидуллина Т.Ю. /

/Хайруллина Ю.В. /

/Далецкая Н.А. /