

Утверждаю



И.О. Директора **Воронина Е.В.**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Торжка Тверской области «Средняя общеобразовательная школа № 5 имени Героя Российской Федерации Клещенко Василия Петровича»

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПО ПИТАНИЮ УЧАЩИХСЯ (с ограниченными возможностями здоровья)

2022-2023 год

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

овз

День

19.06

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша рисовая с маслом	200/10	17,69	251,00	12,60	21,60	19,00
	гор.напиток		чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
	закуска								
	сладкое		печенье	0,0186	3,62	42,09	0,05	1,50	6,90
Завтрак 2	фрукты				23,30				
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп гороховый	210	11,34	161,93	5,09	8,09	16,11
	2 блюдо		рыба тушеная	60/50	13,08	126,00	6,00	7,00	15,00
	гарнир		картофельное пюре	150	9,96	110,30	3,33	3,52	19,31
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
горячий напиток			напиток из сока	200	5,62	84,80	0,00	0,00	22,40
					40,00				

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

ОВЗ

День

29.06

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сосиска отварная	44	12,89	130,24	6,59	8,03	
	гор.напиток		чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
	закуска		рис отварной	145	8,42	63,00	3,65	5,37	36,68
	сладкое				23,30				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп куриный с макаронами	225	11,99	159,24	3,37	2,98	15,69
	2 блюдо		биточки мясные	50	12,27	144,17	8,18	7,69	8,18
	гарнир		греча с соусом	150/50	11,41	243,75	8,93	6,50	39,84
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
горячий напиток			чай	200	1,88	82,70	0,18	0,14	19,22
					40,00				

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

ОВЗ

День

3 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		котлета свиная	50	12,27	144,17	8,18	7,69	8,18
	гор.напиток		чай	200	1,99	82,70	0,18	0,14	19,22
	закуска		макароны	150	5,86	201,75	5,10	15,00	28,50
	сладкое		печенье	0,016	3,18	68,80	2,15	6,45	29,67
Завтрак 2	фрукты				23,30				
Обед	закуска								
	1 блюдо		щи с мясом	215	12,17	168,70	2,60	5,12	10,93
	2 блюдо		плов куриный	200	24,21	330,00	16,23	13,65	22,40
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
горячий напиток				1/37	1,63	64,90	1,65	0,30	8,55
			чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
					40,00				

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

ОВЗ

День

4 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша рисовая с маслом	200/10	17,69	251,00	6,59	8,03	0,00
	гор.напиток		чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
	закуска		печенье	0,0186	3,62	63,89	5,80	8,30	14,83
	сладкое				23,30				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп фасолевый	210	13,77	161,93	5,09	8,09	16,11
	2 блюдо		котлета мясная	50	12,77	144,17	16,23	13,65	22,44
	гарнир		картофельное пюре	150	9,96	110,30	5,10	15,00	28,50
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
горячий напиток			чай	200	1,99	57,89	1,65	0,30	8,55
					40,00	82,70	0,18	0,14	19,22

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

овз

День

5 сентября

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сосиска отварная	52	15,45	148,00	8,18	7,69	
	гор.напиток		макароны	150	5,86	201,75	3,40	10,00	19,00
	закуска		чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
	сладкое				23,30				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		рассольник с курицей	210/10	17,39	142,25	2,80	5,29	11,98
	2 блюдо		котлета мясная	50	12,27	144,17	8,18	7,69	
	гарнир		греча отварная	110	7,04	178,75	3,40	10,00	19,00
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.			1,50	1,31	82,69	1,65	0,30	8,55
	горячий напиток		чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
					40,00				

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

ОВЗ

День

6 сентября

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны с сыром	30/150	21,31	345,84	12,60	21,60	19,00
	гор.напиток		чай	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
	закуска								
	сладкое								
Завтрак 2	фрукты				23,30				
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп куриный с макаронами	225	11,99	159,26	5,09	8,09	16,11
	2 блюдо		биточки рыбные	50	8,89	75,69	6,59	8,00	0,00
	гарнир		картофельное пюре	150	9,96	150,41	5,10	15,00	28,50
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
горячий напиток			напиток из сока	200	6,97	84,80	0,00	0,00	22,40
					40,00				

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

ОВЗ

День

29.04.16

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		оладьи	100/30	9,47	278,66	7,13	7,49	45,63
	гор.напиток		чай	200	1,99	42,48	1,00	2,00	13,00
	закуска		бутерброд с колбасой	40/25	11,84	163,44	5,10	15,00	28,50
	сладкое				23,30				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		борщ со сметаной	200/10	12,36	138,75	5,95	7,35	15,82
	2 блюдо		тефтели мясные	60/50	14,79	213,91	7,83	8,75	10,25
	гарнир		рис отварной	150	8,68	210,03	3,65	5,37	36,68
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.			1,50	2,18	82,70	1,65	0,30	8,55
	горячий напиток		чай	200	1,99	112,36	0,18	0,14	19,22
				40,00					

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

овз

День

9 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны	150	5,86	201,75	7,13	7,49	45,63
	гор.напиток		чай	200	1,99	42,48	0,06	0,00	10,34
	закуска		сосиска отварная	0,053	15,45	148,00	5,80	8,30	14,83
	сладкое				23,30				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп гороховый с мясом	210	11,34	161,93	3,37	2,98	15,69
	2 блюдо		биточки куриные	56	14,53	113,86	7,17	3,75	5,64
	гарнир		картофельное пюре	150	9,96	113,86	3,33	3,52	19,31
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.			1/50	2,18	82,69	1,65	0,30	8,55
	горячий напиток		чай	200	1,99	42,48	0,06	0,00	10,34
					40,00				

Школа

МБОУ СОШ №5

Отд./корп

ОВЗ

День

10.09.16

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		оладьи со	100/30	9,47	278,66	8,18	7,69	8,18
	гор.напиток		сгущенным молоком	200	1,99	42,48	0,18	0,14	19,22
	закуска		чай	40/25	11,84	178,75	8,93	6,50	39,84
	сладкое		бутерброд с колбасой		23,30				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		щи с курицей	215/10	13,97	168,70	7,25	9,28	6,94
	2 блюдо		котлета свиная	50	12,27	144,17	8,18	7,69	8,18
	гарнир		макароны отварные	150	5,86	201,75	5,10	15,00	28,50
	сладкое								
	хлеб бел.								
	горячий напиток		напиток из сока	200	5,71	42,48	0,00	0,00	22,40