

ООО «Общепит сервис»

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

КОГОБУ «Средняя школа с углубленным изучением отдельных
предметов г.Нолинска»
Дети ОВЗ

Дата утверждения: _____



Дата согласования: _____



Введено с 07 ноября 2023 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

понеделник

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая 200	200	6,84	8,08	27,12	210,5
ОВД18	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая 250	250	8,56	10,13	33,98	263,84
ОВД11;ОВД18	Кофейный напиток с молоком 200мл	200	3,45	2,5	17,95	110
ОВД11	Масло сливочное 20	20	0,2	14,5	0,28	132,4
ОВД18	Масло сливочное 30	30	0,3	21,75	0,42	198,6
ОВД11;ОВД18	Повидло	30	0,12		19,5	75
Обед						
ОВД18	Икра кабачковая 100	100		7	7	90
ОВД18	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,64		22,92	94,24
ОВД18	Котлета мясная паровая	100	16,15	17,4	13,32	273,73
ОВД18	Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,2	6,49	44,18	261,71
ОВД11	Суп крестьянский с крупой 200/10	200	2,07	4,25	11,13	91,88
ОВД18	Суп крестьянский с крупой 250	250	2,53	4,82	13,83	109,7
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А. В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е. В.

ВТОРНИК

ВТ

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11	Суп молочный с макаронными изделиями 230г	230	6,69	5,88	22,65	173,54
ОВД18	Суп молочный с макаронными изделиями 280г	280	8,15	7,16	27,68	211,7
ОВД11;ОВД18	Сыр порционный 20гр	20	5,36	5,04		66,8
ОВД11;ОВД18	Чай с молоком 200	200	1,7	1,25	12,42	68,58
Обед						
ОВД18	Зразы из говядины ленивые 100	100	14,706	14,734	12,346	239,8
ОВД18	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	6,55	6,3	36,28	228,03
ОВД18	Компот из изюма 200	200	0,46	0,1	24,24	96,2
ОВД18	Салат из свежей моркови с растительным маслом 100	100	0,84	6,21	11,1	110,24
ОВД18	Соус красный основной	50	0,54	0,8	4,16	26,92
ОВД11	Суп гороховый со сметаной 200	200	6,66	4,67	18,19	142,14
ОВД18	Суп гороховый со сметаной 250	250	8,26	5,33	22,65	172,53
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

ср

среда

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11;ОВД18	Варенье	30			16,5	66
ОВД11;ОВД18	Какао с молоком 200	200	3,58	2,92	15,37	103,95
ОВД11	Каша манная молочная жидкая 200	200	6,62	6,58	32,54	219,2
ОВД18	Каша манная молочная жидкая 250	250	8,27	8,27	40,72	274,53
ОВД11	Масло сливочное 20	20	0,2	14,5	0,28	132,4
ОВД18	Масло сливочное 30	30	0,3	21,75	0,42	198,6
Обед						
ОВД18	Компот из сливы замороженной 200	200	0,12	0,04	11,54	48,6
ОВД18	Плов из отварной говядины 250	250	20,3	20,97	50,94	475,65
ОВД18	Салат из свеклы с сыром и растительным маслом 100	100	3,38	8,02	7,74	116,02
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120
ОВД11	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200	200	1,68	5,12	7,51	83,84
ОВД18	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250	250	2,04	5,89	9,3	99,65

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

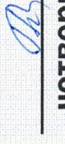


Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

четверг

ЧТ

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11	Суп молочный с рисом 230г	230	6,06	5,87	21,68	166,51
ОВД18	Суп молочный с рисом 280	280	7,39	7,14	26,43	202,87
ОВД11;ОВД18	Сыр порционный 20г	20	5,36	5,04		66,8
ОВД11;ОВД18	Чай с молоком 200	200	1,7	1,25	12,42	68,58
Обед						
ОВД18	Котлеты рыбные любительские 100	100	13,11	5,13	6,49	126,12
ОВД18	Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,2	6,49	44,18	261,71
ОВД18	Отвар из шиповника	200	0,68	0,25	19,66	96,8
ОВД18	Салат из соленых огурцов с луком и растительным маслом 100	100	0,85	6,1	2,6	69,93
ОВД18	Суп из овощей со сметаной 250	250	2,08	7,3	11,41	120,31
ОВД11	Суп из овощей со сметаной 200	200	1,71	6,24	9,2	100,37
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано-пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

ПЯТНИЦА

ППТ

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11	Каша ячневая молочная с маслом 200	200	7,48	6,86	39,86	257,46
ОВД18	Каша ячневая молочная с маслом 250	250	9,35	8,62	49,87	322,35
ОВД11	Масло сливочное 20	20	0,2	14,5	0,28	132,4
ОВД18	Масло сливочное 30	30	0,3	21,75	0,42	198,6
ОВД11;ОВД18	Повидло	30	0,12		19,5	75
ОВД11;ОВД18	Чай с лимоном 200/10/7	200	0,42	0,01	10,13	43,53
Обед						
ОВД18	Биточки из птицы 100	100	16,56	5,1	10,31	211,19
ОВД11;ОВД18	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД18	Пюре картофельное 180	180	3,93	7,16	26,11	185,28
ОВД18	Салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом 100	100	2,474	3,993	8,578	81,222
ОВД11	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	200	2,19	2,35	16,73	97,68
ОВД18	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	250	2,73	2,94	20,91	122,11
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано-пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

понедельник 2

ПН2

Диеты	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11	Каша ячневая молочная с маслом 200	200	7,48	6,86	39,86	257,46
ОВД18	Каша ячневая молочная с маслом 250	250	9,35	8,62	49,87	322,35
ОВД11;ОВД18	Повидло	30	0,12		19,5	75
ОВД11;ОВД18	Сыр порционный 20г	20	5,36	5,04		66,8
ОВД11;ОВД18	Чай с молоком 200	200	1,7	1,25	12,42	68,58
Обед						
ОВД18	Биточек рубленный из говядины 100	100	16,61	18,67	14,96	292,98
ОВД18	Компот из изюма 200	200	0,46	0,1	24,24	96,2
ОВД18	Рис с овощами	180	3,98	10,58	38,58	266,21
ОВД18	Салат из моркови с яблоками	100	0,8	0,283	8,533	46,5
ОВД11	Суп гороховый со сметаной 200	200	6,66	4,67	18,19	142,14
ОВД18	Суп гороховый со сметаной 250	250	8,26	5,33	22,65	172,53
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

ВТ2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

вторник2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11;ОВД18	Кофейный напиток с молоком 200мл	200	3,45	2,5	17,95	110
ОВД11	Масло сливочное 20	20	0,2	14,5	0,28	132,4
ОВД18	Масло сливочное 30	30	0,3	21,75	0,42	198,6
ОВД11	Суп молочный с пшеном 230	230	5,68	4,8	19,88	148,69
ОВД18	Суп молочный с пшеном 270	270	6,66	5,62	23,33	174,35
Обед						
ОВД18	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД18	Котлета куриная 100	100	15,6	6,71	9,25	216,36
ОВД18	Рагу из овощей	180	3,24	8,74	21,84	181,11
ОВД18	Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100	100	1,44	6,09	8,45	93,66
ОВД11	Суп картофельный с рыбой 200	200	8,97	3,69	15,95	133,84
ОВД18	Суп картофельный с рыбой 250	250	11,22	4,61	19,93	167,36
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

ср2
средя2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11;ОВД18	Варенье	30			16,5	66
ОВД11	Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	5,63	6,2	25,3	181,6
ОВД18	Каша пшеничная молочная жидкая 250	250	7,04	7,79	31,71	227,69
ОВД11;ОВД18	Сыр порционный 20г	20	5,36	5,04		66,8
ОВД11;ОВД18	Чай с сахаром 200	200	0,2		10,07	41,08
Обед						
ОВД18	Гуляш из говядины 50/50	100	15,41	17,72	3,82	236,49
ОВД18	Компот из свежих яблок 200	200	0,08	0,08	11,96	49,4
ОВД18	Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,2	6,49	44,18	261,71
ОВД18	Салат из капусты с зеленым горошком 100г	100	4,02	10,51	5,66	132,65
ОВД18	Суп из овощей со сметаной 250	250	2,08	7,3	11,41	120,31
ОВД11	Суп из овощей со сметаной 200	200	1,71	6,24	9,2	100,37
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

ЧТ2

четверг

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11;ОВД18	Какао с молоком 200	200	3,58	2,92	15,37	103,95
ОВД11	Каша рисовая молочная жидкая 180	180	5,17	6,221	29,275	195,566
ОВД18	Каша рисовая молочная жидкая 250	250	7,18	8,64	40,66	271,62
ОВД11;ОВД18	Масло сливочное 20	20	0,2	14,5	0,28	132,4
ОВД11;ОВД18	Омлет натуральный 50	50	4,39	5,86	1,14	75,12
Обед						
ОВД18	Винегрет овощной с солеными огурцами и растительным маслом 100	100	1,34	6,2	8,56	96,24
ОВД18	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,64		22,92	94,24
ОВД18	Пюре картофельное 180	180	3,93	7,16	26,11	185,28
ОВД11	Суп картофельный с крупой 200	200	1,91	2,51	13,61	85,28
ОВД18	Суп картофельный с крупой 250	250	2,38	3,14	17,01	106,61
ОВД18	Тефтели из говядины с рисом 100	100	13,43	15,37	13,3	246,16
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано-пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

ИТ2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А. В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е. В.

пятница2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11;ОВД18	Батон нарезной 50	50	3,75	1,45	25,25	131,5
ОВД11	Каша манная молочная жидкая 200	200	6,62	6,58	32,54	219,2
ОВД18	Каша манная молочная жидкая 250	250	8,27	8,27	40,72	274,53
ОВД11;ОВД18	Повидло	30	0,12		19,5	75
ОВД11;ОВД18	Сыр порционный 20г	20	5,36	5,04		66,8
ОВД11;ОВД18	Чай с сахаром 200	200	0,2		10,07	41,08
Обед						
ОВД18	Жаркое по-домашнему 250	250	22,13	25,44	26,41	422,78
ОВД18	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД11	Рассольник Ленинградский со сметаной 200	200	1,95	6,32	14	121,49
ОВД18	Рассольник Ленинградский со сметаной 250	250	2,38	7,4	17,41	146,71
ОВД18	Салат из квашеной капусты с луком 100	100	1,6	6,01	7,61	92,87
ОВД18	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120