



УТВЕРЖДЕНО  
 Директор школы  
 Чугреева Т. А.

**Примерное 10 дневное меню (обеда ОВЗ)  
 для школьной столовой МБОУ «Кулундинская СОШ №3», филиал  
 Воздвиженская СОШ Кулундинского района Алтайского края  
 на 2024 – 2025 учебный год**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг					Витамины, мг		
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
<b>1 ДЕНЬ</b>														
204	Суп пшённый	200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00	
132	Картофель тушеный	80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	31,10	65,70	337,00	4,03	0,21	8,97	24,00	
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29,92</b>	<b>10,29</b>	<b>68,40</b>	<b>534,32</b>	<b>67,83</b>	<b>104,55</b>	<b>431,94</b>	<b>6,00</b>	<b>0,38</b>	<b>15,57</b>	<b>24,00</b>	
<b>2 ДЕНЬ</b>														
58	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	144,66	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,6	0,00	
1004	Вареники	150	5,00	4,6	28,3	262,65	3,4	4,5	9,2	5,3	7	4,6	2,2	
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>7,52</b>	<b>7,41</b>	<b>76,63</b>	<b>603,43</b>	<b>43,1</b>	<b>46,93</b>	<b>112,22</b>	<b>7,44</b>	<b>14,63</b>	<b>14,2</b>	<b>2,2</b>	
<b>3 ДЕНЬ</b>														
204	Суп рисовый	200	1,58	2,19	11,66	72,60	18,44	20,00	50,04	0,71	0,08	6,60	0,00	
679	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00	
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>11,03</b>	<b>10,36</b>	<b>97,18</b>	<b>574,72</b>	<b>59,64</b>	<b>100,65</b>	<b>270,86</b>	<b>3,97</b>	<b>0,38</b>	<b>6,60</b>	<b>28,00</b>	



<b>4 ДЕНЬ</b>													
58	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	144,66	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,6	0,00
688	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,36	6,02	35,26	224,60	6,48	28,16	49,56	1,48	0,08	0,00	28,00
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>9,88</b>	<b>8,83</b>	<b>83,59</b>	<b>565,38</b>	<b>46,18</b>	<b>70,59</b>	<b>152,58</b>	<b>3,62</b>	<b>0,27</b>	<b>9,6</b>	<b>28,00</b>
<b>5 ДЕНЬ</b>													
204	Суп пшённый	200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00
07022	Пельмени	150	8,15	10,4	12,73	328,00	28,97	16,3	79,86	1,05	0,12	0	0,01
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>10,54</b>	<b>13,22</b>	<b>59,18</b>	<b>596,32</b>	<b>67,19</b>	<b>55,15</b>	<b>174,8</b>	<b>3,02</b>	<b>0,29</b>	<b>6,60</b>	<b>0,01</b>
<b>6 ДЕНЬ</b>													
204	Суп пшённый	200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00
1004	Вареники	150	5,00	4,6	28,3	262,65	3,4	4,5	9,2	5,3	7	4,6	2,2
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>7,39</b>	<b>7,42</b>	<b>74,75</b>	<b>531,97</b>	<b>41,62</b>	<b>43,35</b>	<b>104,14</b>	<b>7,27</b>	<b>7,17</b>	<b>11,20</b>	<b>2,2</b>
<b>7 ДЕНЬ</b>													
204	Суп рисовый	200	1,58	2,19	11,66	72,60	18,44	20,00	50,04	0,71	0,08	6,60	0,00
679	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>11,03</b>	<b>10,36</b>	<b>97,18</b>	<b>574,72</b>	<b>59,64</b>	<b>100,65</b>	<b>270,86</b>	<b>3,97</b>	<b>0,38</b>	<b>6,60</b>	<b>28,00</b>
<b>8 ДЕНЬ</b>													
58	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	144,66	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,6	0,00
688	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,36	6,02	35,26	224,60	6,48	28,16	49,56	1,48	0,08	0,00	28,00
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>9,88</b>	<b>8,83</b>	<b>83,59</b>	<b>565,38</b>	<b>46,18</b>	<b>70,59</b>	<b>152,58</b>	<b>3,62</b>	<b>0,27</b>	<b>9,6</b>	<b>28,00</b>
<b>9 ДЕНЬ</b>													
204	Суп пшённый	200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00
1004	Вареники с маслом	150	5,00	4,6	28,3	262,65	3,4	4,5	9,2	5,3	7	4,6	2,2
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>7,39</b>	<b>7,42</b>	<b>74,75</b>	<b>531,97</b>	<b>41,62</b>	<b>43,35</b>	<b>104,14</b>	<b>7,27</b>	<b>7,17</b>	<b>11,20</b>	<b>2,2</b>
<b>10 ДЕНЬ</b>													
58	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	144,66	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,6	0,00

679	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00
943	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,12	60,26	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
878	Хлеб пшеничный	60	0,45	0,45	24,90	135,86	13,02	17,53	41,58	0,80	0,08	0,00	0,00
	<b>ИТОГО:</b>		<b>11.32</b>	<b>10.43</b>	<b>98.83</b>	<b>646.78</b>	<b>61.88</b>	<b>105.55</b>	<b>282.26</b>	<b>4.20</b>	<b>0.41</b>	<b>9.6</b>	<b>28.00</b>