

"Согласовано"  
И.О.директора МБОУ № 22 УГО

И.Н.Звягина

«Утверждаю»  
Директор ИП Э.Д.Комусиди

Э.Н.Болелова

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей-инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского

округа  
ВТОРНИК 19.09.2023 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сырники запеченные	185	12,41	6,90	35,98	250,99
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Батон пшеничный	20	1,72	0,30	10,98	50,80
5	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>705</b>	<b>21,03</b>	<b>22,98</b>	<b>75,83</b>	<b>590,77</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Биточки из мяса птицы	90	7,95	7,58	0,50	53,50
2	Гречка отварная с маслом	150	3,75	7,35	26,25	180,60
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
5	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>20,96</b>	<b>22,78</b>	<b>89,03</b>	<b>595,44</b>

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из огурцов и помидор с растительным маслом	60	0,00	0,92	2,55	65,44
2	Суп гречневый	200	10,21	1,00	24,60	132,00
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
	<b>ИТОГО</b>	<b>460</b>	<b>12,62</b>	<b>2,24</b>	<b>65,70</b>	<b>364,48</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	маслом	60	0,00	0,92	2,55	65,44
2	Суп гречневый	200	10,21	1,00	24,60	132,00
3	Печень по строгановски	90	5,40	15,93	3,96	190,62
4	Картофельное пюре	150	3,75	6,30	22,05	159,00
5	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	<b>710</b>	<b>22,62</b>	<b>24,80</b>	<b>96,54</b>	<b>740,00</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из огурцов и помидор с растительным маслом	60	0,00	0,92	2,55	65,44
2	Суп гречневый	200	10,21	1,00	24,60	132,00
3	Плов с мясом	180	9,58	5,02	30,10	296,15
4	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
5	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	<b>650</b>	<b>23</b>	<b>8</b>	<b>101</b>	<b>687</b>