



**Примерное меню на двухразовое питание
для детей с ОВЗ 1-4 классов**

№	Наименование блюда	Выход в граммах	Цена (руб)
1 день			
Завтрак			
1	Пирожок печёный с яблочной начинкой	80	43,94
2	Мармелад	22,5	16,00
Итого:			59,94
Обед			
1	Борщ с капустой и картофелем на гов. бульоне	200	17,50
2	Сосиски отварные ганноверские	55	34,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,00
4	Салат из квашеной капусты	60	12,50
5	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
Итого:			90,00
Итого за день:			149,94
2 день			
Завтрак			
1	Рогалик с маком	75	37,94
2	Сырок глазированный	40	22,00
Итого:			59,94
Обед			
1	Суп картофельный с горохом на гов.бульоне	200	18,30
2	Биточки из говядины	60	43,50
3	Каша пшеничная	150	10,50
4	Винегрет овощной	35	6,70
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
Итого:			90,00
Итого за день:			149,94
3 день			
Завтрак			
1	Пирожок печёный с клубничной начинкой	75	41,94
2	Батончик "Беби Фокс"	45	18,00
Итого:			59,94
Обед			

1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	13,00
2	Наггетсы куриные	3/20	45,00
3	Рис отварной	150	13,50
4	Помидоры свежие с зеленью,маслом растит.	30	7,50
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого:		90,00
	Итого за день:		149,94
	4 день		
	Завтрак		
1	Коржик молочный	100	45,00
2	Яблоко	130	14,94
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Суп картофельный с рисом на гов.бульоне	200	18,00
2	Свинина запеченная(карбонад)	40	27,17
3	Пюре картофельное	150	28,00
4	Огурцы свежие с зеленью,маслом раст.	25	5,83
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого:		90,00
	Итого за день:		149,94
	5 день		
	Завтрак		
1	Оладушки с малиновой начинкой	36	22,00
2	Булочка с кунжутом (чах-мах)	85	37,94
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Борщ Сибирский на гов.бульоне	200	17,00
2	Филе грудки куриной запеченное	50	43,00
3	Макаронные изделия отварные	150	14,00
4	Салат из моркови с маслом растительным	25	5,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого:		90,00
	Итого за день:		149,94
	6 день		
	Завтрак		
1	Ватрушка с творогом	90	44,94
2	Батончик "Бонфетти"	25	15,00
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Суп картофельный с горохом на гов.бульоне	200	18,30

2	Сосиски отварные ганноверские	55	34,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,00
4	Салат из свежих помидоров и огурцов	55	11,70
5	Чай с лимоном	200/15/7	7,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого :		90,00
	Итого за день:		149,94
	7 день		
	Завтрак		
1	Булочка домашняя	70	27,94
2	Батончик вафельный "Джумка"	37	32,00
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Суп картофельный с вермишелью на гов.бульоне	200	17,50
2	Котлета из говядины	60	43,50
3	Каша пшеничная	150	10,50
4	Огурцы солёные	30	7,50
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого:		90,00
	Итого за день:		149,94
	8 день		
	Завтрак		
1	Рулет с шоколадом	80	47,94
2	Батончик "Беби Фокс"мини	8	12,00
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Борщ с капустой и картофелем на гов. бульоне	200	17,50
2	Филе грудки куриной запеченное	50	43,00
3	Рис отварной	150	13,50
4	Салат из моркови с маслом растительным	25	5,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого :		90,00
	Итого за день:		149,94
	9 день		
	Завтрак		
1	Пирожок печёный с абрикосовой начинкой	80	45,00
2	Яблоко	130	14,94
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Суп картофельный с рисом на гов.бульоне	200	18,00
2	Котлета куриная рубленая из филе куриного	45	27,60

3	Пюре картофельное	150	28,00
4	Свекла отварная с огурцом сол.и кап.квашеной	25	5,40
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого :		90,00
	Итого за день:		149,94
	10 день		
	Завтрак		
1	Пирожок печёный с ананасовой начинкой	80	43,94
2	Печенье "Тонди"	30	16,00
	Итого:		59,94
	Обед		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	13,00
2	Наггетсы куриные	3/20	45,00
3	Макаронные изделия отварные	150	14,00
4	Огурцы свежие с зеленью,маслом растит.	30	7,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	7,00
	Итого :		90,00
	Итого за день:		149,94