

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Васильевская основная школа»

Утверждаю:

Директор МОУ «Васильевская ОШ»

В.И.Сухарева

(пр. № 171 от 11 августа 2023 год)



**ЕДИНОЕ ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ В
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ, РАСПОЛОЖЕННЫХ НА
ТЕРРИТОРИИ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД.**

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 1			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	301	Омлет натуральный	250	22.43	324.98	17.173	26.73	4.59
	2	457	Чай с сахаром	200	1.8	58	8.9	3.06	26
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.79	397.41	2.34	5.6	16.92
			Итого:	520	33.04	758.82	19.27	36.19	64.21

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 1			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	4.43	85.7	1.51	6.09	6.24
	2	54-24с-2020	Суп картофельный с макаронными издел.	200	28.68	100.9	4.8	2.17	15.53
	3	54-6г-2020	Рис отварной	150	31.62	203.5	3.6	4.82	36.44
	4	54-25м-2020	Курица тушёная с морковью	90	30.86	113.7	12.7	5.2	4
	5	54-1хн-2020	Компот из сухофруктов	200	3.32	81	0.5	0	19.8
	6	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7
	7	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9
			Итого:	760	104	714.7	27.51	18.88	108.61

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 2			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	4	Каша молочная манная	250	18.11	267.85	2.65	1.87	205
	2	692	Кофейный напиток с молоком	200	6.12	188.8	2.24	2.1	25.03
	3	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	2.34	5.6	16.92
	4	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
			Итого:	520	33.04	939.16	9.63	10.37	79.15

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 2			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	13.82	37.5	0.6	3.1	1.8
	2	54-8с-2020	Суп гороховый 1	250	26.53	166.4	8.4	5.7	20.3
	3	54-11г-2020	Картофельное пюре	150	15.28	139.4	3.1	5.3	19.8
	4	54-11р-2020	Рыба тушёная в томате с овощами	100	38.28	147.2	13.85	7.41	6.29
	5	54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	5	65.4	0.6	0.2	15.1
	6	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7
	7	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9
		Итого обед:	820	104	685.8	30.95	22.41	58.7	

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	4	Каша вязкая молочная пшённая	250	20.28	235.71	5.63	6.6	53.6
	2	693	Какао с молоком	200	3.95	177.56	4.62	4.02	43.8
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.79	397.41	2.34	5.6	16.92
			Итого:	520	33.04	896.38	14.99	17.02	131.02

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-16э-2020	Винегрет с растительным маслом	80	24.72	89.5	0.9	7.2	5.3
	2	54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	20.7	115.3	5.8	7	7.1
	3	54-1г-2020	Макароны отварные	150	9	196.8	5.32	4.92	32.8
	4	54-5м-2020	Котлета из курицы	90	40.33	151.8	17.18	3.88	12.04
	5	54-2хн-2020	Компот из кураги	200	3.48	66.9	1	0.1	15.6
	6	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.73	78.2	2.6	0.5	15.8
	7	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7
			Итого:	840	104	769.7	35.2	23.9	103.34

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День				4
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	1	247	Каша молочная геркулесовая	250	22.43	287.44	8.56	14.12	31.52	
	2	457	Чай с сахаром	200	1.8	58	0.2	0.1	9.3	
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7	
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	2.34	5.6	16.92	
			Итого завтрак:	520	33.04	828.55	13.5	20.62	74.44	

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День				4
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	1	54-7э-2020	Салат из белокачанной капусты	60	5.1	85.7	1.51	6.09	6.24	
	2	54-10с-2020	Суп крестьянский с перловой крупой	200	32.98	115.6	5.1	5.8	10.8	
	3	54-12м-2020	Плов с курицей	220	51.78	346.1	30	8.9	36.5	
	4	54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	9.05	41.6	0.2	0.1	9.9	
	5	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9	
	6	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7	
			Итого обед:	740	104	718.9	41.21	21.59	90.04	

Школа	МОУ " Васильевская ОПШ"			Отд./корп	День 5				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	5	Каша молочная вязкая рисовая	250	17.93	308	77	10	68.9
	2	692	Кофейный напиток с молоком	200	6.12	188.8	2.24	2.1	25.03
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	2.34	5.6	16.92
			Итого завтрак:	520	33.04	979.91	83.98	18.5	127.55

Школа	МОУ " Васильевская ОПШ"			Отд./корп	День 5				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-17з-2020	Салат из моркови и чернослива	100	34	94.6	1.6	0.3	21.5
	2	54-21с-2020	Суп картофельный с рыбой	250	17.19	143.2	10.5	3.1	18.2
	3	54-3м-2020	Голубцы ленивые	240	40.9	307.9	20.3	18.4	15.4
	4	54-4хн-2020	Компот из изюма	200	5.8	75.9	0.4	0.1	18.3
	5	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9
	6	Пром	Батон йодированный	40	4.06	95	3.2	0.4	19.6
		Итого обед:	860	104	775.3	38	22.7	104.9	

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"					Отд./корп	День			6
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	1	160	Суп молочный вермишелевый	250	20.1	331.2	55	49	12.3	
	2	693	Какао с молоком	200	3.95	177.56	4.62	4.02	43.8	
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7	
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	2.34	5.6	16.92	
			Итого завтрак:	520	33.04	991.87	64.36	59.42	89.72	

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"					Отд./корп	День			6
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	1	54-8з-2020	Салат из капусты с морковью	60	5.1	81.5	1	6.1	5.8	
	2	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	21.7	156.9	5.9	7.2	17	
	3	54-1г-2020	Макароны отварные	150	20.62	196.8	5.32	4.92	32.8	
	4	54-21м-2020	Курица отварная	90	31.5	139.3	28.9	2.2	1	
	5	54-2соус-2020	Соус белый основной	50	9.42	31.2	1.4	1.9	2.2	
	6	54-34хн-2020	Компот из яблок с лимоном	200	10.57	46.7	0.2	0.2	11	
	7	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9	
	8	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7	
			Итого обед:	860	104	782.3	47.12	23.22	96.4	



Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 7			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	297	Каша молочная ассорти " Дружба"	250	20.73	284.3	6.2	8.6	42.7
	2	658*	Чай с сахаром с лимоном	210	3.32	27.9	0.25	0.05	6.61
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	2.34	5.6	16.92
			Итого завтрак:	530	33.04	795.31	11.19	15.05	82.93

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 7			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100	24.72	111.9	1.2	8.9	6.7
	2	54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	20.7	115.3	5.8	7	7.1
	3	54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	15.28	173.7	4.5	5.5	26.5
	4	54-13р-2020	Котлета рыбная	90	34.05	101.4	12.7	2.2	7.7
	5	54-2хп-2020	Компот из кураги	200	3.48	66.9	1	0.1	15.6
	6	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.73	78.2	2.6	0.5	15.8
	7	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7
			Итого:	860	104	718.6	30.2	24.5	94.1

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День				8
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	1	247	Каша молочная геркулесовая	250	17.93	287.44	8.56	14.12	31.52	
	2	692	Кофейный напиток с молоком	200	6.12	118.8	2.24	2.1	25.03	
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7	
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	2.34	5.6	16.92	
			Итого завтрак:	520	33.04	889.35	16.35	19.62	89.54	

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День				8
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	1	54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	75	5.82	57.1	1	3.36	5.71	
	2	54-24с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	24.46	126	5.98	2.71	19.42	
	3	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	22.5	233.7	8.2	6.3	35.9	
	4	54-23м-2020	Биточки из курицы	90	40.33	151.8	17.18	3.88	12.04	
	5	54-4хн-2020	Компот из изюма	200	5.8	75.9	0.4	0.1	18.3	
	6	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9	
	7	Пром	Батон нарезной	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7	
		Итого обед:	825	104	774.4	37.16	17.05	117.97		

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 9			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	301	Омлет натуральный	250	20.1	324.98	17.173	26.73	4.59
	2	693	Какао с молоком	200	3.95	177.56	4.62	4.02	43.8
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	3.34	5.6	16.92
				Итого завтрак:	520	33.04	985.65	27.533	37.15

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 9			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-5з-2020	Салат из свежих помидор и огурцов	60	13.82	37.5	0.6	33.1	1.8
	2	54-21с-2020	Суп картофельный с рыбой	200	17.19	114.5	8.44	2.48	14.61
	3	54-1г-2020	Макароны отварные	150	11.24	196.8	5.32	4.92	32.8
	4	54-25м-2020	Курица тушёная с морковью	90	31.66	113.7	12.71	5.22	4
	5	Пром	Сок абрикосовый	200	25	105.6	1	0	25.4
	6	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7
	7	Пром	Хлеб ржано- пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9
	8		Итого:	760	104	698	13.92	46.45	105.21

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 10			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1	5	Каша молочная рисовая	250	16.16	308.6	77	10	68.9
	2	658*	Чай с сахаром с лимоном	210	3.32	27.9	0.25	0.05	6.61
	3	111	Батон нарезной	20	2.02	85.7	2.4	0.8	16.7
	4	1	Бутерброд с маслом и сыром	50	6.97	397.41	3.34	5.6	16.92
			Итого завтрак:	530	33.04	819.61	82.99	16.45	109.13

Школа	МОУ " Васильевская ОШ"				Отд./корп	День 10			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1	54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	8.1	8.5	0.5	0.1	1.5
	2	54-2с-2020	Борщ с картофелем со сметаной	250	21.5	138	5.9	7.1	12.7
	3	54-7г-2020	Рис припущенный	150	20.62	196.8	3.5	4.8	35
	4	54-31м-2020	Оладьи из печени по-кунцевски	90	43.69	210.9	15.7	10.2	14
	5	54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	5	65.4	0.6	0.2	15.1
	6	Пром	Батон йодированный	30	3.04	71.2	2.4	0.3	14.7
	7	Пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.05	58.7	2	0.4	11.9
		Итого обед:	810	104	749.5	30.6	23.1	104.9	