

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

« 1 » сентября 2024г

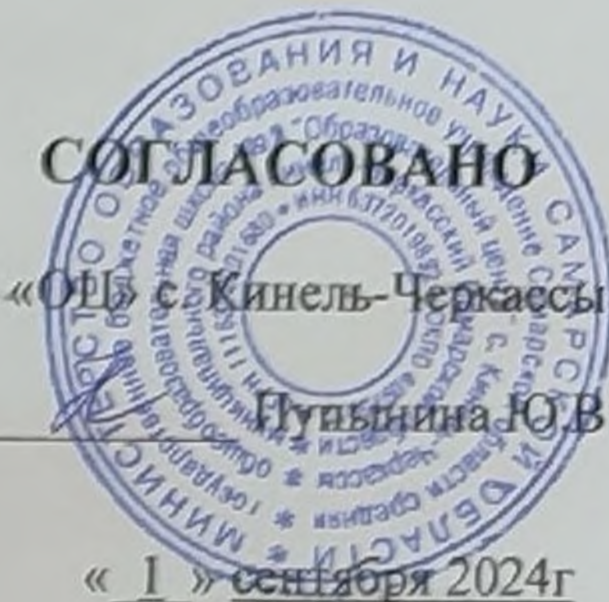


СОГЛАСОВАНО

И.о. Директор ГБОУ СОШ №2 «ОЦ» с Кинель-Черкассы

Пуньнина Ю.В.

« 1 » сентября 2024г



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготавливаемых блюд
для учащихся 1-4 классов (завтрак)**

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

« 1 » сентября 2024г



СОГЛАСОВАНО

И.о. Директор ГБОУ СОШ №2 с ОШ с. Кинель-Черкассы

Путьнина Ю.В.

« 1 » сентября 2024г



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготавливаемых блюд
для детей ОВЗ**

ИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Рацион: Меню школы

Неделя: понедельник 1

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	ЦЕНА	Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	48	Напиток из плодов шиповника	200		88	3		21
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			485		533	19	18	78
Завтрак 1-4 кл.								
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	48	Напиток из плодов шиповника	200		88	3		21
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак 1-4			485		533	19	18	78
Завтрак СВО 5-11								
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	48	Напиток из плодов шиповника	200		88	3		21
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			485		533	19	18	78
Комплекс СВО 5-11								
	10,02	Щи из свежей капусты с говядиной со сметаной	250/25/5		135	7	8	10
	14,05	Плов с куриным филе 1	225		389	10	15	55
	37,01	Икра кабачковая 1	60		58	1	4	4
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			825		732	23	28	101
Комплекс СВО 1-4								
	10,06	Щи со сметаной на МКБ	250/5		151	2	11	11
	14,05	Плов с куриным филе 1	225		389	10	15	55
	37,01	Икра кабачковая 1	60		58	1	4	4
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			800		748	18	31	102
Обед 1								
	10,02	Щи из свежей капусты с говядиной со сметаной	250/25/5		135	7	8	10
	48	Напиток из плодов шиповника	200		88	3		21
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
Итого за Обед 1			510		280	12	8	44
Обед 2								
	14,05	Плов с куриным филе 1	225		389	10	15	55
	37,01	Икра кабачковая 1	60		58	1	4	4
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	48	Напиток из плодов шиповника	200		88	3		21
Итого за Обед 2			515		585	17	20	89
Комплекс ОБЗ								
	10,06	Щи со сметаной на МКБ	250/5		151	2	11	11
	14,05	Плов с куриным филе 1	225		389	10	15	55
	37,01	Икра кабачковая 1	60		58	1	4	4
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			800		748	18	31	102
Комплекс 1								
	10,02	Щи из свежей капусты с говядиной со сметаной	250/25/5		135	7	8	10
	14,05	Плов с куриным филе 1	225		389	10	15	55
	37,01	Икра кабачковая 1	60		58	1	4	4
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	48	Напиток из плодов шиповника	200		88	3		21
Итого за Комплекс 1			825		777	26	28	112
Итого за день			5 730		5469	171	200	784

(лист 2)

Рацион: Меню школы

Неделя:

вторник 1

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	15	Каша молочная манная вязкая	180/5		245	7	7	38
	127	Бутерброд с сыром на батоне	50		160	8	7	17
	76	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15		165	12	5	17
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Завтрак СВО			500		599	27	19	79
Завтрак 1-4 кл.								
	15	Каша молочная манная вязкая	180/5		245	7	7	38
	127	Бутерброд с сыром на батоне	50		160	8	7	17
	76	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15		165	12	5	17
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Завтрак 1-4			500		599	27	19	79
Завтрак СВО 5-11								
	15	Каша молочная манная вязкая	180/5		245	7	7	38
	127	Бутерброд с сыром на батоне	50		160	8	7	17
	76	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15		165	12	5	17
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Завтрак СВО			500		599	27	19	79
Комплекс СВО 5-11								
	123	Суп фасольевый с говядиной.	250/25		187	10	8	19
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	1 006	Салат витаминный с маслом растительным	80		96	1	5	11
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			930		798	31	31	100
Комплекс СВО 1-4								
	2 014	Суп фасольевый на МКБ	250		151	5	6	19
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	1 006,02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60		126	5	5	15
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			885		792	30	29	104
Обед 1								
	123	Суп фасольевый с говядиной.	250/25		187	10	8	19
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Обед 1			505		276	12	8	39
Обед 2								
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Обед 2			545		455	18	18	57
Комплекс ОБЗ								
	2 014	Суп фасольевый на МКБ	250		151	5	6	19
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	1 006,02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60		126	5	5	15
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			885		792	30	29	104
Комплекс 1								
	123	Суп фасольевый с говядиной.	250/25		187	10	8	19
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	1 006	Салат витаминный с маслом растительным	80		96	1	5	11
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс 1			930		795	31	31	100
Итого за день			6 180		5705	233	203	741

(лист 3)

Рацион: Меню школы

Неделя:

среда 1

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Завтрак СВО			515		632	38	20	77
Завтрак 1-4 кл.								
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Завтрак 1-4			515		632	38	20	77
Завтрак СВО 5-11								
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Завтрак СВО			515		632	38	20	77
Комплекс СВО 5-11								
	2 014,07	Суп рисовый с курицей.	250/25		153	6	7	16
	20,01	Салат из свежих помидор и огурцов 80	80		70	1	6	3
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			870		757	25	31	96
Комплекс СВО 1-4								
	2 014,13	Суп рисовый на МКБ	250		150	3	5	23
	1 007,01	Салат из свежих помидор и огурцов	60		57	1	5	2
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			825		752	22	28	105
Обед 1								
	2 014,1	Суп рисовый с курицей	250/50		204	10	11	16
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Обед 1			530		293	12	11	36
Обед 2								
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	1 007,01	Салат из свежих помидор и огурцов	60		57	1	5	2
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Обед 2			545		545	17	23	69
Комплекс ОБЗ								
	2 014,13	Суп рисовый на МКБ	250		150	3	5	23
	1 007,01	Салат из свежих помидор и огурцов	60		57	1	5	2
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			825		741	22	28	102
Комплекс 1								
	2 014,1	Суп рисовый с курицей	250/50		204	10	11	16
	20,01	Салат из свежих помидор и огурцов 80	80		70	1	6	3
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс 1			895		808	29	35	96
Итого за день			6 035		5792	241	216	735

(лист 4)

Рацион: Меню школы

Неделя:

четверг

1

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	66	Курица тушеная с морковью	100		216	12	16	6
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			535		616	27	24	75
Завтрак 1-4 кл.								
	66	Курица тушеная с морковью	100		216	12	16	6
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак 1-4			535		616	27	24	75
Завтрак СВО 5-11								
	66	Курица тушеная с морковью	100		216	12	16	6
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			535		616	27	24	75
Комплекс СВО 5-11								
	2 020,06	Суп лапша с курицей.	250/25		184	7	9	18
	16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25		262	8	17	19
	20,01	Салат из свежих помидор и огурцов 80	80		70	1	6	3
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
Итого за Комплекс			840		666	21	33	72
Комплекс СВО 1-4								
	61	Суп лапша на МКБ	250		184	4	6	29
	16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25		262	8	17	19
	20,01	Салат из свежих помидор и огурцов 80	80		70	1	6	3
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
Итого за Комплекс			815		666	18	30	83
Обед 1								
	99	Суп лапша с курицей	250/50		303	14	13	32
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Обед 1			530		403	16	13	55
Обед 2								
	16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25		262	8	17	19
	20,01	Салат из свежих помидор и огурцов 80	80		70	1	6	3
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Обед 2			535		411	12	24	38
Комплекс ОВЗ								
	61	Суп лапша на МКБ	250		184	4	6	29
	16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25		262	8	17	19
	20,01	Салат из свежих помидор и огурцов 80	80		70	1	6	3
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
Итого за Комплекс			815		666	18	30	83
Комплекс 1								
	99	Суп лапша с курицей	250/50		303	14	13	32
	16,03	Рагу из овощей с курицей	200/25		262	8	17	19
	1 007,01	Салат из свежих помидор и огурцов	60		57	1	5	2
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
Итого за Комплекс 1			845		758	28	36	82
Итого за день			5 985		5418	194	238	638

(лист 5)

Рацион: Меню школы

Неделя:

пятница 1

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	25,02	Каша вязкая молочная ячневая	200/5		259	7	8	40
	12 012,06	Бутерброд с маслом на батоне	45		204	2	14	17
	10 018,02	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200		182	4	4	31
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			480		695	16	27	97
Завтрак 1-4 кл.								
	25,02	Каша вязкая молочная ячневая	200/5		259	7	8	40
	12 012,06	Бутерброд с маслом на батоне	45		204	2	14	17
	10 018,02	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200		182	4	4	31
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак 1-4			480		695	16	27	97
Завтрак СВО 5-11								
	25,02	Каша вязкая молочная ячневая	200/5		259	7	8	40
	12 012,06	Бутерброд с маслом на батоне	45		204	2	14	17
	10 018,02	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200		182	4	4	31
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			480		695	16	27	97
Комплекс СВО 5-11								
	9	Борщ с говядиной и со сметаной	250/25/5		150	7	8	13
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	125	Салат из белокочанной капусты с морковью 1	80		111	1	8	8
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200		28			7
Итого за Комплекс			845		692	21	33	79
Комплекс СВО 1-4								
	47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5		158	2	11	13
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013,02	Салат из белокочанной капусты с морковью	60		117	1	10	6
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200		28			7
Итого за Комплекс			800		706	16	38	77
Обед 1								
	9,01	Борщ с говядиной со сметанной	250/50/5		184	12	9	13
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200		28			7
Итого за Обед 1			535		269	14	9	33
Обед 2								
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013,02	Салат из белокочанной капусты с морковью	60		117	1	10	6
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200		28			7
Итого за Обед 2			515		491	12	27	51
Комплекс ОВЗ								
	47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5		158	2	11	13
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013,02	Салат из белокочанной капусты с морковью	60		117	1	10	6
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200		28			7
Итого за Комплекс			800		706	16	38	77
Комплекс 1								
	9,01	Борщ с говядиной со сметанной	250/50/5		184	12	9	13
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	125	Салат из белокочанной капусты с морковью 1	80		111	1	8	8
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 009,01	Компот из смеси сухофруктов	200		28			7
Итого за Комплекс 1			870		726	26	34	79
Итого за день			5 805		5675	153	260	687

(лист 6)

Рацион: Меню школы

Неделя:

понедельник 2

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	4 001,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5		214	5	8	30
	76	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15		165	12	5	17
	127	Бутерброд с сыром на батоне	50		160	8	7	17
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Завтрак СВО			520		582	25	20	74
Завтрак 1-4 кл.								
	4 001,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5		214	5	8	30
	76	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15		165	12	5	17
	127	Бутерброд с сыром на батоне	50		160	8	7	17
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Завтрак 1-4			520		582	25	20	74
Завтрак СВО 5-11								
	4 001,01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5		214	5	8	30
	76	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15		165	12	5	17
	127	Бутерброд с сыром на батоне	50		160	8	7	17
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Завтрак СВО			520		582	25	20	74
Комплекс СВО 5-11								
	9	Борщ с говядиной и со сметаной	250/25/5		150	7	8	13
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 007	Тефтели рыбные из филе минтая	80		170	11	7	10
	46	Салат Радужный 1	80		109	3	4	15
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс			905		751	30	26	96
Комплекс СВО 1-4								
	47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5		158	2	11	13
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 007	Тефтели рыбные из филе минтая	80		170	11	7	10
	112	Салат Радужный	60		88	2	4	11
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс			860		738	24	29	92
Обед 1								
	9,01	Борщ с говядиной со сметанной	250/50/5		184	12	9	13
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Обед 1			535		284	14	9	36
Обед 2								
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 007	Тефтели рыбные из филе минтая	80		170	11	7	10
	46	Салат Радужный 1	80		109	3	4	15
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Обед 2			595		544	21	18	70
Комплекс ОВЗ								
	47	Борщ на МКБ со сметаной	250/5		158	2	11	13
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 007	Тефтели рыбные из филе минтая	80		170	11	7	10
	112	Салат Радужный	60		88	2	4	11
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс			860		738	24	29	92
Комплекс 1								
	9,01	Борщ с говядиной со сметанной	250/50/5		184	12	9	13
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 007	Тефтели рыбные из филе минтая	80		170	11	7	10
	46	Салат Радужный 1	80		109	3	4	15
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс 1			930		785	35	27	96
Итого за день			6 245		5586	223	198	704

(лист 7)

Рацион: Меню школы

Неделя:

вторник 2

День:

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			545		469	18	18	60
Завтрак 1-4 кл.								
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак 1-4			545		469	18	18	60
Завтрак СВО 5-11								
	8 005,02	Пюре картофельное 200/5	200/5		186	4	6	29
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			545		469	18	18	60
Комплекс СВО 5-11								
	2 026,06	Рассольник с мясом и сметаной	250/25/5		143	7	6	15
	1 044,01	Огурцы свежие порционные 1	80		11	1		2
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			905		832	48	26	104
Комплекс СВО 1-4								
	2 008	Рассольник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5		136	2	6	18
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			800		814	42	26	105
Обед 1								
	2 026,01	Рассольник ленинградский с говядиной	250/50		177	12	7	17
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Обед 1			530		266	14	7	37
Обед 2								
	1 044,01	Огурцы свежие порционные 1	80		11	1		2
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Обед 2			595		643	39	20	79
Комплекс ОБЗ								
	2 008	Рассольник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5		136	2	6	18
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			800		814	42	26	105
Комплекс 1								
	2 026,01	Рассольник ленинградский с говядиной	250/50		177	12	7	17
	1 044,01	Огурцы свежие порционные 1	80		11	1		2
	17	Горошница 200/5	200/5		336	23	6	48
	22,01	Котлеты куриные 1	80		203	12	13	10
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс 1			925		877	53	27	109
Итого за день			6 190		5653	292	186	719

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	8 002,01	Рис отварной 1	200/5		277	5	5	53
	13,03	Гуляш из говядины 80	80		224	14	17	4
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Завтрак СВО			515		580	22	23	73
Завтрак 1-4 кл.								
	8 002,01	Рис отварной 1	200/5		277	5	5	53
	13,03	Гуляш из говядины 80	80		224	14	17	4
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Завтрак 1-4			515		580	22	23	73
Завтрак СВО 5-11								
	8 002,01	Рис отварной 1	200/5		277	5	5	53
	13,03	Гуляш из говядины 80	80		224	14	17	4
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Завтрак СВО			515		580	22	23	73
Комплекс СВО 5-11								
	2 014,05	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/25		145	3	5	21
	1 039	Винегрет овощной	100		127	1	10	7
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс			890		803	22	33	105
Комплекс СВО 1-4								
	2 014,05	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/25		145	3	5	21
	1 039,02	Винегрет овощной 1	60		31	1	1	4
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс			850		707	22	24	102
Обед 1								
	2 011,04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/50		224	12	11	19
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Обед 1			530		310	14	11	39
Обед 2								
	1 039,02	Винегрет овощной 1	60		31	1	1	4
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Обед 2			545		505	17	19	68
Комплекс ОВЗ								
	2 014,05	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/25		145	3	5	21
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	1 039,02	Винегрет овощной 1	60		31	1	1	4
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс			850		707	22	24	102
Комплекс 1								
	2 014,05	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/25		145	3	5	21
	1 039	Винегрет овощной	100		127	1	10	7
	8 004,02	Макароны отварные с маслом	200/5		282	8	7	48
	101	Сосиски молочные	50		113	5	10	
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс 1			890		803	22	33	105
Итого за день			6 100		5575	185	213	740

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	25,01	Каша вязкая молочная пшеничная	200/5		281	11	8	43
	6 002,01	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	50/15		175	10	5	22
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	55	Кисель	200		109			27
Итого за Завтрак СВО			500		615	24	14	101
Завтрак 1-4 кл.								
	25,01	Каша вязкая молочная пшеничная	200/5		281	11	8	43
	6 002,01	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	50/15		175	10	5	22
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	55	Кисель	200		109			27
Итого за Завтрак 1-4			500		615	24	14	101
Завтрак СВО 5-11								
	25,01	Каша вязкая молочная пшеничная	200/5		281	11	8	43
	6 002,01	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	50/15		175	10	5	22
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	55	Кисель	200		109			27
Итого за Завтрак СВО			500		615	24	14	101
Комплекс СВО 5-11								
	2 020,06	Суп лапша с курицей.	250/25		184	7	9	18
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80		98	1	8	5
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			840		717	21	34	81
Комплекс СВО 1-4								
	61	Суп лапша на МКБ	250		184	4	6	29
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80		98	1	8	5
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			815		717	18	31	92
Обед 1								
	99	Суп лапша с курицей	250/50		303	14	13	32
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Обед 1			530		392	16	13	52
Обед 2								
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80		98	1	8	5
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Обед 2			535		476	12	25	50
Комплекс ОБЗ								
	61	Суп лапша на МКБ	250		184	4	6	29
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80		98	1	8	5
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс			815		717	18	31	92
Комплекс 1								
	99	Суп лапша с курицей	250/50		303	14	13	32
	7 010,07	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25		296	8	16	29
	1 013	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80		98	1	8	5
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,02	Чай с лимоном	200		32			7
Итого за Комплекс 1			865		836	28	38	95
Итого за день			5 900		5700	185	214	765

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая	Пищевые вещества		
						Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак СВО 1-4								
	36,03	Каша жидкая молочная рисовая	200/5		220	6	8	31
	12 012,06	Бутерброд с маслом на батоне	45		204	2	14	17
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			480		503	11	23	64
Завтрак 1-4 кл.								
	36,03	Каша жидкая молочная рисовая	200/5		220	6	8	31
	12 012,06	Бутерброд с маслом на батоне	45		204	2	14	17
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак 1-4			480		503	11	23	64
Завтрак СВО 5-11								
	36,03	Каша жидкая молочная рисовая	200/5		220	6	8	31
	12 012,06	Бутерброд с маслом на батоне	45		204	2	14	17
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
Итого за Завтрак СВО			480		503	11	23	64
Комплекс СВО 5-11								
	121	Суп с клёцками куриный	250/25		135	6	7	11
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	1 044,01	Огурцы свежие порционные 1	80		11	1		2
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			930		807	35	26	110
Комплекс СВО 1-4								
	65,01	Суп с клецками на МКБ	250		112	2	4	15
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			825		773	30	23	112
Обед 1								
	65	Суп с клецками куриный	250/50		206	11	11	15
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Обед 1			530		306	13	11	38
Обед 2								
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	1 044,01	Огурцы свежие порционные 1	80		11	1		2
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Обед 2			625		601	27	19	83
Комплекс ОБЗ								
	65,01	Суп с клецками на МКБ	250		112	2	4	15
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,03	Чай с сахаром витаминизированный	200		43			10
Итого за Комплекс			825		773	30	23	112
Комплекс 1								
	65	Суп с клецками куриный	250/50		206	11	11	15
	7 041,02	Тефтели тушеные в соусе	80/30		190	11	11	12
	8 001,03	Каша гречневая с маслом	200/5		321	12	7	53
	1 044,01	Огурцы свежие порционные 1	80		11	1		2
	13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30		50	3	1	9
	13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30		57	2		13
	10 015,05	Чай с сахаром 1	200		29			7
Итого за Комплекс 1			955		864	40	30	111
Итого за день			6 130		5633	208	201	758
Итого за период			60 300		56206	2085	2129	7271
Среднее значение за					5620,6	208,5	212,9	727,1