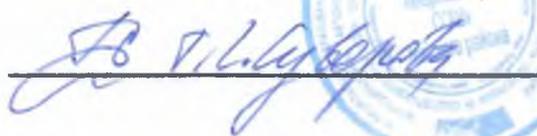
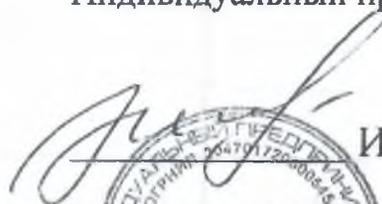


**Согласовано:**  
Директор школы



**Утверждаю:**  
Индивидуальный предприниматель



И.В. Жукова



**Циклическое меню на 10 дней  
для обеспечения питанием обучающихся  
с ограниченными возможностями здоровья  
по возрастной категории с 12 лет и старше,  
из расчета 200,00 рублей в день,  
школ Томского района.  
с 01.09.2024г.**

Технология приготовления блюд составлена из «Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.

(Под редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельяна.) -М: ДеЛи+, 2015г.

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области. (Под редакцией Куткина М.Н., Смоленцева А.А. и др.)

**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа:

Дата:

День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	223	Запеканка из творога(140/30гр)	170	62	404,798	17,68	16,27	42,481
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	16	112,202	3,3	2,53	19,058
	белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	4	144	4,6	0,6	30,1
<b>Итого:</b>				<b>430</b>	<b>82</b>	<b>661</b>	<b>25,58</b>	<b>19,4</b>	<b>91,639</b>
Обед ОВЗ	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие	50	23	24,632	0,421	0,053	1,368
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(250)	250	15	151,58	3,701	4,704	27,143
	2 блюдо	352/2	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном с томстом соусе	100	43,5	262,4	14,49	16,9	13,694
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	22,5	201,72	5,49	6,8	39,24
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	8	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	4	144	4,6	0,6	30,1
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>840</b>	<b>118</b>	<b>944,991</b>	<b>31,97</b>	<b>30,05</b>
<b>Итого завтрак и обед ОВЗ :</b>				<b>1270</b>	<b>200</b>	<b>1605,99</b>	<b>57,54</b>	<b>49,45</b>	<b>237,856</b>
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт	100	32	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	80	25	130,28	8,953	10	6,2
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>380</b>	<b>82</b>	<b>270</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>	<b>38</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ :</b>				<b>1220</b>	<b>200</b>	<b>1214,99</b>	<b>40,96</b>	<b>40,09</b>	<b>184,217</b>

Директор школы \_\_\_\_\_

Индивидуальный предприниматель \_\_\_\_\_

И.В.Жукова

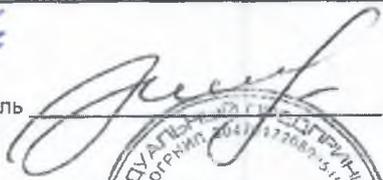


**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа:  Дата:  День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак ОВЗ	Гор.блюдо	174	Каца вязкая молочная пшениная (кукурузная, манная, рисовая)	250	34	287,08	11	9,43	49,2	
	закуски	3	Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22	143,979	7,124	6,272	14,76	
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	12	74,643	0,005	8,288	0,008	
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216	
	Фрукт	№338	Фрукт	150	27	60,72	0,04	0,04	9,8	
<b>Итого:</b>				<b>660</b>	<b>100</b>	<b>608,644</b>	<b>18,37</b>	<b>24,09</b>	<b>83,984</b>	
Обед ОВЗ	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие	20	5	14,632	0,421	0,053	1,368	
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	23	159,562	4,758	7,367	10,926	
	2 блюдо	№444/331	Котлета куриная сливочная с соусом сметано-томатным	90	43	262,362	11,45	14,54	12,43	
	гарнир	№ 171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	11	225,2	10,84	6,997	53,342	
	сладкое	№981	Напиток "Валетек" витаминизированный	200	14	48,561	0,024	0,01	2,175	
	белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
	черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
	<b>Итого:</b>				<b>780</b>	<b>100</b>	<b>859,627</b>	<b>32,58</b>	<b>30,2</b>	<b>109,702</b>
	<b>Итого завтрак и обед ОВЗ :</b>				<b>1440</b>	<b>200</b>	<b>1468,27</b>	<b>50,95</b>	<b>54,29</b>	<b>193,686</b>
	Полдник ОВЗ	кисл.продук	пр	Кисломолочный продукт (Йогурт) 2,5%	100	32	39	0,04	0,04	9,8
изделие		410	Кулинарное изделие	90	43	130,28	8,953	10	6,2	
напиток		пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22	
<b>Итого:</b>				<b>390</b>	<b>100</b>	<b>270</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>	<b>38</b>	
<b>Итого обед и полдник ОВЗ :</b>				<b>1170</b>	<b>200</b>	<b>1129,63</b>	<b>41,57</b>	<b>40,24</b>	<b>147,702</b>	

Директор школы 

Индивидуальный предприниматель 

И.В.Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа:

Дата:

День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	№278/2	Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба"	200	28	278,43	6,5	5,02	21,25	
	е масло	№14	Масло сливочное порциями	10	12	74,643	0,005	8,288	0,008	
	сыр	№15	Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	92,927	4,817	6,073	0	
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
	Фрукт	№338	Фрукт	150	27	60,72	0,04	0,04	9,8	
	<b>Итого:</b>				<b>640</b>	<b>96</b>	<b>698,252</b>	<b>16,66</b>	<b>20,72</b>	<b>70,735</b>
	Обед ОВЗ	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие	30	9	14,632	0,421	0,053	1,368
		1 блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(250/10)	260	22	175,843	3,034	10,23	17,783
2 блюдо		Ттк442	Филе куриное в соусе	90	50	130	15,44	6,98	3,08	
гарнир		№ 171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	11	225,2	10,84	6,997	53,342	
сладкое		№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	8	83,349	0,566	0	20,272	
хлеб		ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
хлеб черный		ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
<b>Итого:</b>				<b>790</b>	<b>104</b>	<b>778,334</b>	<b>35,39</b>	<b>25,49</b>	<b>125,306</b>	
<b>Итого завтрак и обед ОВЗ:</b>				<b>1430</b>	<b>200</b>	<b>1476,59</b>	<b>52,05</b>	<b>46,21</b>	<b>196,041</b>	
Полдник ОВЗ	кулинарное	635(2)	Кулинарное изделие	70	30	107,28	8,953	10	6,2	
	Фрукт	№338	Фрукт	200	41	39,72	0,04	0,04	9,8	
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22	
	<b>Итого:</b>				<b>470</b>	<b>96</b>	<b>303,572</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>	<b>38</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1260</b>	<b>200</b>	<b>1081,91</b>	<b>44,38</b>	<b>35,53</b>	<b>163,306</b>	

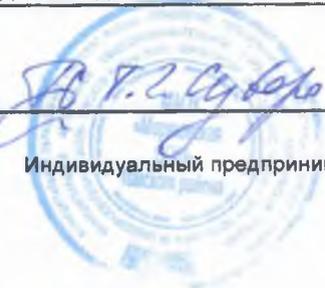
Директор школы

*И.В. Жукова*

Индивидуальный предприниматель

*И.В. Жукова*

И.В.Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа:

Дата:

День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	200	27	215,819	7,756	10,2	42,782	
	закуски	3	Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22	143,979	7,124	6,272	14,76	
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	16	102,202	3,3	2,53	19,058	
	Фрукт	№338	Фрукт	120	23	39,72	0,04	0,04	9,8	
<b>Итого:</b>				<b>570</b>	<b>88</b>	<b>501,72</b>	<b>18,22</b>	<b>19,04</b>	<b>86,4</b>	
Обед ОВЗ	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие	50	16	20,632	0,421	0,053	1,368	
	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей, картофелем и сметаной (250/10)	260	23	192,545	4,642	12,51	40,62	
	2 блюдо	294/331	Биточек куриный рубленый в сметанно-томатном соусе ( 75/30гр.)	105	47	264,804	14,85	12,65	3,889	
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	225,039	5,857	5,039	39,066	
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	8	83,349	0,566	0	20,272	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
	<b>Итого:</b>				<b>855</b>	<b>112</b>	<b>1007,68</b>	<b>33,81</b>	<b>31,74</b>	<b>149,737</b>
	<b>Итого завтрак и обед ОВЗ:</b>				<b>1425</b>	<b>200</b>	<b>1509,4</b>	<b>52,03</b>	<b>50,78</b>	<b>236,137</b>
Полдник ОВЗ	кулин. изделие	446	Кулинарное изделие	75	25	130,28	8,953	10	6,2	
	Фрукт	№338	Фрукт	100	38	39,72	0,04	0,04	9,8	
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22	
	<b>Итого:</b>				<b>375</b>	<b>88</b>	<b>270</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>	<b>38</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1230</b>	<b>200</b>	<b>1277,68</b>	<b>42,8</b>	<b>41,78</b>	<b>187,737</b>	

Директор школы

Индивидуальный предприниматель

И.В.Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа:  Дата:  День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	174	Каша жидкая молочная рисовая	250	34	252,344	12,88	7,216	41,357	
	сыр	№15/2	Сыр в нарезке	15	15	55,791	2,527	3,187	0	
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	12	74,643	0,005	8,288	0,008	
	горячий напиток	№578	Чай ягодный	200	15	47,345	0,533	0,129	11,014	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
<b>Итого:</b>				<b>505</b>	<b>78</b>	<b>502,123</b>	<b>18,33</b>	<b>19,07</b>	<b>67,44</b>	
Обед ОВЗ	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие	35	17	8,579	0,253	0,032	0,821	
	1 блюдо	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	260	23	159,909	5,703	12,01	23,671	
	2 блюдо	353/33 1	Тефтели рыбные (горбуша) в сметанном с томатом соусе	105	40	170,175	9,566	9,562	4,159	
	гарнир	128	Картофельное пюре	200	30	200,603	4,58	5,71	32,723	
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	6	48,659	0,009	0,009	12,135	
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061	
	<b>Итого:</b>				<b>890</b>	<b>122</b>	<b>809,235</b>	<b>27,59</b>	<b>28,8</b>	<b>118,031</b>
	<b>Итого завтрак и обед ОВЗ:</b>				<b>1395</b>	<b>200</b>	<b>1311,36</b>	<b>45,92</b>	<b>47,86</b>	<b>185,471</b>
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт	150	33	39,72	0,04	0,04	9,8	
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	20	107,28	8,953	10	6,2	
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22	
	<b>Итого:</b>				<b>425</b>	<b>78</b>	<b>247</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>	<b>38</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1315</b>	<b>200</b>	<b>1056,24</b>	<b>36,58</b>	<b>38,84</b>	<b>156,031</b>	

Директор школы \_\_\_\_\_

Индивидуальный предприниматель \_\_\_\_\_

И.В.Жукова

