
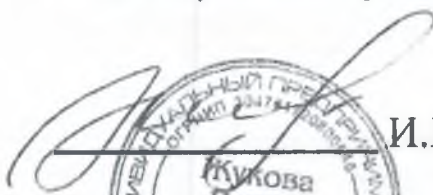



Согласовано:
Директор школы

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель



И.В. Жукова.

**Циклическое меню на 10 дней
для обеспечения питанием обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья
по возрастной категории с 7-11 лет.
из расчета 180,00 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 обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: _____

Дата: _____

День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком (120/30)	150	56	364	13,31	14,91	49,881
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	4	144	5,6	0,5	31
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	16	112,202	3,3	2,53	19,058
Итого:				410	76	620,202	22,21	17,94	99,939
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	30	14	20	0,421	0,053	1,368
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	12	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	№ 352/2	Тефтели рыбные "Морские" сметанном с томатом соусе	100	43,5	262,4	14,49	16,9	13,694
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	22,5	200,603	4,58	5,71	32,723
	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 черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				740	104	836,926	28,11	26,41	119,232
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1150	180	1457,128	50,32	44,34	219,171
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт	100	31	40	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	20	131	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				375	76	271	7,7	8	33,315
Итого обед и полдник ОВЗ:				1115	180	1107,926	35,81	34,41	152,547

Директор школы _____

Индивидуальный предприниматель _____



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: Дата: День 4

Прим пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак ОВЗ	Гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная пшеничная (рисовая, кукурузная, манная) с маслом	200	27	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	80	16	39,72	0,04	0,04	9,8	
Итого:				540	82	587,644	18,37	24,09	83,984	
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	25	8	14	0,421	0,053	1,368	
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	208	18	130,436	2,958	7,367	13,075	
	2 блюдо	№444/ 331	Котлета куриная сливочная с соусом сметано-томатным	90	43	262,4	9,32	14,54	12,43	
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	11	225,2	9,059	6,531	44,56	
	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	
	сладкое	№587(2)	Напиток "Витошка" витаминизированный	200	14	48,561	0,024	0,01	2,175	
	Итого:				733	98	829,907	26,87	29,74	103,069
	Итого завтрак и обед ОВЗ:				1273	180	1417,551	45,24	53,83	187,053
	Полдник ОВЗ	кисл.пр-я	пр	Кисломолочный продукт	100	32	39,72	0,04	0,04	9,8
кулинарное		410	Кулинарное изделие(75гр)	75	25	107,381	7,66	7,96	1,515	
напиток		пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22	
Итого:				375	82	247,101	7,7	8	33,315	
Итого обед и полдник ОВЗ:				1108	180	1077,008	34,57	37,74	136,384	

Директор школы

Индивидуальный предприниматель

И.В.Жукова



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: _____

Дата: _____

День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак ОВЗ	1 блюдо	№278/ 2	Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба"	200	28	278,43	5,287	4,014	27,315	
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	12	74,643	0,005	8,288	0,008	
	сыр	№15	Сыр твердых сортов в нарезке (15гр)	15	15	73,927	4,817	6,073	0	
	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	
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216	
	Фрукт	№338	Фрукт	80	16	48	0,04	0,04	9,8	
	Итого:				565	80	666,532	15,44	19,71	76,8
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	30	9	14	0,421	0,053	1,368	
	Первые блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(200/8)	208	18	160,834	3,557	13,49	14,226	
	2 блюдо	ТТК 442	Филе куриное в соусе	90	50	130	15,44	6,98	3,08	
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	11	225,2	9,059	6,531	44,56	
	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 черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
	Итого:				738	100	762,693	34,13	28,29	112,967
	Итого завтрак и обед ОВЗ:				1303	180	1429,225	49,58	48	189,767
	Полдник ОВЗ	кулинарное изделие	635(2)	Кулинарное изделие	75	25	107,381	7,66	7,96	1,515
Фрукт		№338	Фрукт	150	30	59,6	0,06	0,06	15	
напиток		пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22	
Итого:				425	80	266,981	7,72	8,02	38,515	
Итого обед и полдник ОВЗ:				1163	180	1029,674	41,85	36,31	151,482	

Директор школы _____

Индивидуальный предприниматель _____



И. В. Жукова

**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: Отд./кор: День: День 8

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	8,8	12,46	44,24	
	закуски	3	Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22	141,958	7,124	2,474	14,76	
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	16	102,202	3,3	2,53	19,058	
	Фрукт	№338	Фрукт	100	18	39,72	0,04	0,04	9,8	
Итого:				550	83	498,88	19,26	17,5	87,858	
Обед ОВЗ	закуски	70/71	Овощи натуральные свежие в нарезке	25	8	20	0,084	0,011	0,274	
	1 блюда	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	126,277	2,433	7,959	13,486	
	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 черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4	
	Итого:				748	97	868,779	28,87	26,9	106,448
	Итого завтрак и обед ОВЗ:				1298	180	1367,659	48,14	44,4	194,306
	Полдник ОВЗ	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	20	131,381	7,66	7,96	1,515
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	
Итого:				375	83	247,101	4,993	7,319	37,315	
Итого обед и полдник ОВЗ:				1123	180	1115,88	33,87	34,22	143,763	

Директор школы

Индивидуальный предприниматель

И. В. Жукова



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа:

Отд./кор:

День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	№174	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	200	27	251,403	9,408	6,89	41,715
	сыр	№15	Сыр порциями	15	15	58,187	3,791	4,78	0
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	12	74,643	0,005	8,288	0,008
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№578	Чай ягодный	200	15	47,345	0,533	0,129	11,014
Итого:				455	71	503,578	16,13	20,33	67,798
Обед ОВЗ	закуска	№71	Овощи натуральные свежие	40	18,5	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	208	18	130	2,721	12,74	18,937
	2 блюдо	353/331	Тефтели рыбные (горбуша) в сметанном с томатном соусе	105	40	170,175	9,566	9,562	4,159
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	22,5	200,603	4,58	5,71	32,723
	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
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	6	48,659	0,009	0,009	12,135
Итого:				763	109	701,8	22,13	29,28	97,962
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1218	180	1205,378	38,26	49,61	165,76
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт	130	26	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарные изделия	406/473	Кулинарное изделие	75	20	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Итого:				375	71	231,521	7,7	8
Итого обед и полдник ОВЗ:				1138	180	933,321	29,83	37,28	131,277

Директор школы

Индивидуальный предприниматель

И.В.Жукова

