

Согласовано:

и.о. директора
И. Буцакова Т.А.



Утверждаю:

начальник КШП
МКУ "КП и СП"
Сунцов Ф.В.



“ 01 ” 11 2023г

МЕНЮ
для организованного питания
учащихся с ограниченными
возможностями здоровья и
отдельных классов для детей
с ОВЗ
с 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая и ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептур ы
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
понедельник												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
каша рисовая с маслом	250/10	7,0	12,0	42,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	75	8,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
итого	582	22,0	26,0	97,0	711,0	1022,0	379,0	583,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,00	148,0	604,0	469,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
котлета рубленая из птицы	100	22,0	16,0	18,0	230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	851/96
батон	75	8,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
итого	805	39,0	30,0	152,0	974,0	2767,0	1622,0	130,0	5,0	0,0	13,0	
Всего	1387	61,0	56,0	249,0	1685,0	3789,0	2001,0	713,0	7,0	0,0	14,0	
вторник												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,00	5,00	0,00	63,00	54,00	56,00	22,00	1,00	0,00	0,00	84/96
каша ячневая с маслом	250/10	13,00	16,00	50,00	345,00	458,00	296,00	197,00	1,00	0,00	0,00	257/96
Какао на молоке	200	4,0	4,0	26,0	141,0	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4
батон	75	8,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
итого	575	30,00	27,00	116,00	755,00	797,0	640,0	356,0	4,0	0,0	1,0	
Обед												
борщ с капустой и картофелем	250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	110/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
зразы ленивые	100	10,00	16,00	17,00	252,00	661,00	129,00	45,00	1,00	0,00	4,00	422/96
рис отварной	180	16,0	7,0	37,0	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток яблочный	200	2,00	0,00	27,00	111,00	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	815	37,00	32,00	136,00	967,00	2114,0	1234,0	204,0	9,0	0,0	28,0	
Всего	1390	67,00	59,00	252,00	1722,00	2911,00	1874,00	559,00	13,00	0,00	29,00	
среда												
Завтрак												
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	¼
каша пшеничная с маслом	250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	456,0	292,0	170,0	2,0	0,0	0,0	627/96
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0	692/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	555	26,0	31,0	110,0	714,0	846,0	459,0	393,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп крестьянский с пшеном	250	2,0	5,0	10,0	98,0	598,0	248,0	32,0	1,0	0,0	20,0	134/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	829,00
котлета из рыбы	100	16,0	10,0	20,0	221,0	664,0	74,0	42,0	0,0	0,0	0,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	7,0	23,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	862.06
итого	815	30,0	26,0	115,0	868,0	2425,0	1426,0	128,0	3,0	0,0	56,0	
Всего	1370	56,0	57,0	225,0	1582,0	3270,0	1885,0	521,0	5,0	0,0	57,0	

четверг												
Завтрак												29/97
Сыр порциями	20	5,0	6,0	0,0	72,0	164,0	23,0	200,0	0,0	0,0	0,0	262/96
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,0	245,0	171,0	1,0	0,0	0,0	685/4
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	35,01ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	
итого	555	24,00	22,00	110,00	666,00	879,0	440,0	449,0	3,0	0,0	1,0	
Обед												
щи из свежей капусты и картофеля	250	2,00	5,00	9,00	91,00	600,00	315,00	51,00	1,00	0,00	30,00	120/96
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
котлета рябушка	100	22,00	10,00	18,00	262,00	733,00	88,00	46,00	1,00	0,00	1,00	526,06
каша гречневая рассыпчатая	180	7,00	12,00	34,00	266,00	700,00	204,00	20,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,00	27,00	1,00	0,00	0,00	0,00	773/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
итого	815	38,00	32,00	123,00	954,00	2487,0	811,0	151,0	8,0	0,0	31,0	
Всего	1370	62,00	54,00	233,00	1620,00	3366,00	1251,00	600,00	11,00	0,00	32,00	
пятница												
Завтрак												64/96
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	311/4
каша Дружба с маслом	250/10	8,0	12,0	44,0	323,0	457,0	262,0	167,0	1,0	0,0	0,0	629/96
чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	35,01ттк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	
итого	557	19,0	19,0	85,0	581,0	675,0	393,0	202,0	3,0	0,0	0,0	
Обед												
рассольник ленинградский с перловой крупой	250	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
шницель рубленый из говядины	100	13,00	16,00	18,00	290,00	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	0,0	112,75
рагу из овощей	180	3,00	7,00	19,00	158,00	875,00	332,00	58,00	2,00	0,00	3,00	215/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312,01ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
итого	815	25,0	32,0	120,0	899,0	2602,0	1094,0	766,0	5,0	0,0	26,0	
Всего	1372	44,0	51,0	205,0	1480,0	3277,0	1487,0	968,0	8,0	0,0	26,0	
суббота												
Завтрак												23/97
Сыр порциями	40	9,00	12,00	0,00	144,00	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	262/96
Каша овсяная с маслом	250/10	10,0	14,0	44,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0	627/96
чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	35,01ттк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	
итого	550	23,0	28,0	85,0	683,0	963,0	473,0	595,0	3,0	0,0	1,0	
обед												
суп из овощей	250	2,0	4,0	11,0	97,0	629,0	367,0	30,0	1,0	0,0	21,0	132/96
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
биточек рубленый из говядины	100	13,0	16,0	18,0	290,0	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
пюре гороховое по-домашнему	180	9,0	4,0	20,0	156,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284,01 ттк
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,0	32,0	16,0	1,0	0,0	0,0	702/97
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
итого	815	30,0	28,0	117,0	874,0	2174,0	850,0	763,0	6,0	0,0	24,0	
Всего	1365	53,0	56,0	202,0	1557,0	3127,0	1323,0	1348,0	9,0	0,0	25,0	
итого за 6 дней					9646,0							
среднее значение за период					1607,7							

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		Белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
2 неделя												
понедельник												
Завтрак												
бутиерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,00	14,00	14,00	143,00	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	30/97
250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96	
каша пшеничная с маслом	200	4,00	4,00	26,00	141,00	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	593/4
Какао на молоке	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	565	27,0	33,0	113,0	741,0	874,0	541,0	451,0	1,0	0,0	1,0	
Обед												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,0	148,0	804,0	469,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
100	15,0	17,0	16,0	280,0	640,0	282,0	42,0	2,0	0,0	0,0	0,0	451/4
котлета рубленая из говядины	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96
рис отварной	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,00	44,00	8,00	0,00	0,00	13,00	312
напиток апельсиновый	75	8,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
батон	805	43,0	31,0	139,0	1001,0	1873,0	1397,0	178,0	8,0	0,0	25,0	
итого	1360	70,0	64,0	252,0	1742,0	2747,0	1938,0	629,0	9,0	0,0	25,0	
Всего												
вторник												
Завтрак												
40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,00	46,00	400,00	0,00	0,00	1,00	0,00	23/97
Сыр порциями	250/10	13,00	16,00	50,00	345,00	458,0	296,0	197,0	1,0	0,0	0,0	257/96
каша ячневая с маслом	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
Чай с сахаром и лимоном	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	567	26,0	30,0	91,0	684,0	950,0	417,0	610,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	0,00	110/4
борщ с капустой и картофелем	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
100	18,00	18,00	11,00	273,00	589,00	306,00	18,00	1,00	0,00	0,00	0,00	358,04
колбаски школьные из говядины	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
каша гречневая рассыпчатая	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	312,01ттк
напиток лимонный	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
хлеб ржаной	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
батон	815	34,0	39,00	124,0	972,0	2345,0	1044,0	122,0	8,0	0,0	26,0	
итого	1372	60,0	69,0	215,0	1656,0	3295,0	1451,0	732,0	10,0	0,0	27,0	
Всего												
среда												
Завтрак												
1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	20,0	29/97
яйцо вареное	250/10	8,0	12,0	44,0	323,0	602,0	258,0	41,0	1,0	0,0	20,0	311/4
каша Дружба с маслом	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
Чай с сахаром	75	6,0	2,0	40,0	206,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35.02 ттк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	575	21,0	19,0	99,0	649,0	820,0	389,0	76,0	3,0	0,0	20,0	
Обед												
250	2,0	5,0	10,0	98,0	598,0	246,0	32,0	1,0	0,0	20,0	0,00	134/4
суп крестьянский с пшеном	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
100	18,0	9,0	7,0	185,0	505,0	46,0	31,0	0,0	0,0	0,0	0,0	729,04
кнели студенческие из горбуши	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226,03ттк
пюре картофельное по-домашнему	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
напиток из смеси сухофруктов	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882,06
батон оздоравливающий	815	32,0	24,0	108,0	843,0	2266,0	1398,0	117,0	3,0	0,0	56,0	
итого	1390	53,0	43,0	207,0	1492,0	3086,0	1787,0	193,0	6,0	0,0	76,0	
Всего												

четверг												
Завтрак					144,0	328,0	48,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
каша рисовая с маслом	250/10	7,0	12,0	42,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	685/4
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	
батон	50	4,0	2,0	26,0	672,0	976,0	428,0	638,0	1,0	0,0	2,0	
итого	560	22,0	28,0	98,0	91,0	600,0	315,0	51,0	1,0	0,0	30,0	120/96
Обед	250	2,0	5,0	9,0	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
щи из свежей капусты и картофеля	10	0,00	2,00	0,00	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0	498/4
сметана	100	19,0	10,0	18,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	1,0	651/96
биточек рубленый из птицы	180	4,0	7,0	46,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	299
рожки отварные	200	1,0	0,0	28,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	35,01ттк
напиток из кураги	25	3,0	1,0	16,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	
хлеб ржаной	50	4,0	2,0	26,0	954,0	3055,0	1134,0	176,0	7,0	0,0	31,0	
батон	815	33,0	27,0	143,0	1626,0	4031,0	1662,0	814,0	8,0	0,0	33,0	
итого	1365	55,0	56,0	241,0								
Всего												
пятница												
Завтрак					63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	64/96
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0	262/96
каша овсяная с маслом	250/10	10,0	14,0	44,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0	692/4
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	727,0	774,0	566,0	277,0	4,0	0,0	1,0	
итого	675	26,0	23,0	107,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96
Обед	250	2,0	4,0	17,0	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
рассольник ленинградский с перловой крупой	10	0,00	2,00	0,00	283,00	707,00	211,00	20,00	1,00	0,00	1,00	379,23
сметана	100	16,00	19,00	13,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4,85
котлета московская (К)	180	2,00	11,00	25,00	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773ттк
рис припущенный	200	0,0	0,0	20,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
напиток из плодов шиповника	25	3,0	1,0	16,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
хлеб ржаной	50	4,0	2,0	26,0	943,0	1936,0	932,0	87,0	4,0	0,0	18,0	
батон	815	27,0	39,0	117,0	1670,0	2710,0	1488,0	364,0	8,0	0,0	19,0	
итого	1390	53,0	62,0	224,0								
Всего												
суббота												
Завтрак					143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	74
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	302,0	455,0	245,0	171,0	1,0	0,0	0,0	262/96
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
батон	50	4,0	2,0	26,0	640,0	820,0	363,0	339,0	2,0	0,0	0,0	
итого	565	25,0	28,0	95,0	124,0	606,0	475,0	23,0	1,0	0,0	17,0	140/4
Обед	250	3,0	3,0	21,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
суп карт. с макаронными изделиями (вермишель)	100	17,0	16,0	18,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
биточек рубленый из говядины	180	7,0	12,0	34,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190ттк
каша гречневая рассыпчатая	200	2,0	0,0	27,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
напиток яблочный	75	6,0	2,0	40,0	987,0	2230,0	924,0	763,0	7,0	0,0	21,0	
батон	805	35,0	33,0	140,0	1627,0	3050,0	1287,0	1102,0	9,0	0,0	21,0	
итого	1360	60,0	61,0	235,0	9813,0							
Всего					1635,5							
итого за 6 дней												
среднее значение за период												

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.