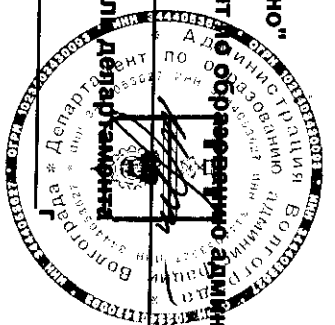


"Разработано"

Департамент образования администрации Волгограда

Руководитель департамента

И.А. Радченко

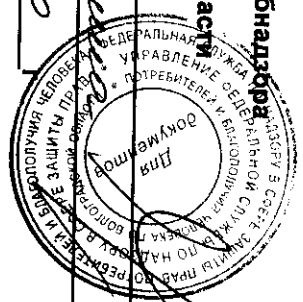


"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области

И.И. Кувшинов

28.08.2020



**12-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕСПЛАТНЫМ ДВУХРАЗОВЫМ ПИТАНИЕМ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ**

Возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

2 смена

12-ти дневное меню для обеспечения полноценным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Боллогрда

1 день

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур-типы	Срок годности
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, салат отарман)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8			
Сыр карповский с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	0,1	3,7	0,2	1,9	30,1	26,9	63,4	1,6	102	2011	
Коричка рубленая на масле №294	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	0,1	0,5	0,0	2,6	17,2	22,3	124,0	1,5	294	2011	
Макаронные изделия отармане с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0,0	0,1	1,0	16,0	20,5	54,6	1,2	203	2011	
Компот на основе сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за первый завтрак:		29,3	28,4	119,6	846,4	0,5	6,7	0,3	7,1	106,2	101,0	320,2	7,0			
Полдник																
Сосиска, замоченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004	
Итого за первый обед:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0			
Всего:		40,0	45,8	166,0	1200,2	0,7	7,8	0,5	8,3	149,4	122,7	447,5	9,0			

2 день

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур-типы	Срок годности
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, салат отарман)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8			
Шуи на основе капусты с картошкой №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	0,0	10,0	0,2	1,8	34,4	17,7	34,9	0,6	88	2011	
Копченая рыба (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	0,1	0,0	3,3	48,1	40,2	165,9	1,2	388	2004	
Пюре картофельное №128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	0,2	10,2	0,0	0,2	39,1	29,2	85,5	1,1	128	2011	
Кисель на компоте №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за первый завтрак:		21,8	19,6	112,0	711,7	0,5	22,8	0,2	6,9	167,6	118,5	368,8	5,5			
Полдник																
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004	
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004	
Итого за первый обед:		8,9	4,4	68,3	353,3	0,1	2,9	0,0	0,8	86,3	34,2	135,9	1,7			
Всего:		30,7	24,0	180,3	1065,0	0,6	25,7	0,2	7,7	253,9	152,7	504,7	7,2			

Мас

12-17 дневное меню для обеспечения сбалансированным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгодар

3 дня

Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур Р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Обед																	
Овощи по сезону (отруби свежих, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Борщи с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	0,0	7,1	0,2	1,9	34,6	20,6	38,9	0,9	82	2011		
Рыбу по котлетам №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8	0,2	7,6	0,3	2,9	22,6	32,7	135,7	1,5	289	2011		
Компот из свежих плодов (брюль) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1				
Итого за прием пищи:		20,7	19,7	91,3	623,3	0,4	18,0	0,5	6,5	104,8	87,5	256,8	5,9				
Полдник																	
Пирожок печеный с начинкой №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011		
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011		
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	66,4	351,0	0,1	82,2	0,0	1,7	47,4	21,4	62,6	1,4				
Итого за прием пищи:		27,3	24,5	157,7	974,3	0,5	101,0	0,5	8,2	152,2	108,9	319,4	7,3				

4 дня

Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур Р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Обед																	
Овощи по сезону (отруби свежих, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	0,0	6,8	0,2	0,0	25,6	17,1	38,6	0,7	135	2004		
Чайкобаны №491	80	9,6	10,6	5,3	155,5	0,0	4,6	0,0	0,3	33,9	19,1	99,4	1,2	491	2004		
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	0,0	0,1	0,3	8,6	24,5	75,3	0,5	304	2011		
Компот из свежих сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1				
Итого за прием пищи:		21,1	19,9	112,0	706,4	0,2	13,9	0,5	2,2	111,0	92,0	291,5	5,1				
Полдник																	
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,9	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011		
Чай с сахаром варенье №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004		
Итого за прием пищи:		5,1	8,1	64,2	353,4	0,1	1,1	0,3	0,7	32,4	12,1	47,6	1,1				
Итого за прием пищи:		26,2	28,0	176,2	1061,3	0,3	15,0	0,8	2,9	143,4	104,1	339,1	6,2				

Handwritten signature

12-17 ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕСПЛАТНЫМИ ДРУЗЬЕВЫМ ВПЯТНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 7-11 ЛЕТ МОУ Волгодвора

5 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	К, мг		
Овощи по сезону (отруби свежей, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свежая отарава)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Шле из свежей капусты с картошкой №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	0,0	10,0	0,2	1,8	34,4	17,7	34,9	0,6	88	2011		
Лисо из пшеницы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	0,1	2,0	0,2	3,9	19,7	33,8	158,8	1,5	492	2004		
Каша из хлопчатника №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1				
Итого за пример пищи:		23,1	23,9	105,0	727,8	0,3	14,9	0,4	7,3	100,1	82,9	276,2	4,7				
Подпись																	
Пирожок пшеничный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004		
Копиток из ячменя №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011		
Итого за пример пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5				
Всего:		30,2	27,1	174,8	1070,2	0,4	17,3	0,4	8,1	144,3	108,6	373,9	6,2				

6 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	К, мг		
Овощи по сезону (отруби свежей, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свежая отарава)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	0,1	3,7	0,2	1,9	30,1	26,9	63,4	1,6	102	2011		
Помидки с оладками №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	0,1	8,7	0,9	7,3	40,1	49,4	183,2	2,7	278К	2016		
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4				
Итого за пример пищи:		27,9	31,9	99,3	804,5	0,4	94,9	1,1	11,8	128,3	112,4	335,7	7,7				
Подпись																	
Пирожок пшеничный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011		
Копиток из овсянковых №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004		
Итого за пример пищи:		6,4	4,6	79,2	389,9	0,1	14,2	0,0	1,0	49,3	23,6	69,9	1,2				
Всего:		34,3	36,5	178,5	1194,4	0,5	109,1	1,1	12,8	174,6	136,0	405,6	8,9				

Handwritten signature

12-14 дневное меню для обеспечения биологическими активными веществами детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ ДО "Солнышко"

7 июля

Продукты питания, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мкг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мкг		
Обед																			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, свежа отарва)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8						
Ори каргофалый с мацронилим капуста №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	0,1	5,3	0,2	1,1	19,8	20,8	48,3	0,9	103	2011				
Турецкая с рисом №307К	80	9,8	7,6	11,2	133,3	0,0	0,0	0,0	0,3	7,1	14,6	91,8	1,1	307	2016				
Пюре картофельное №128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	0,2	10,2	0,0	0,2	39,1	29,2	85,5	1,1	128	2011				
Компот на свежих плодах (блины) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,5	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1						
Итого за первый завтрак:		21,6	18,3	115,9	713,1	0,5	19,6	0,2	3,3	113,6	96,8	307,8	6,6						
Полдник																			
Сосиска, зачищенная в воде №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004				
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за первый обед:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0						
Всего:		32,3	35,7	162,3	1066,9	0,7	20,7	0,4	4,5	156,8	120,5	435,1	8,6						

8 июля

Продукты питания, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мкг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мкг		
Обед																			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, свежа отарва)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8						
Борщ с капустой и картошкой №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	0,0	7,1	0,2	1,9	34,6	20,6	38,9	0,9	82	2011				
Пюре, тушеная в соусе с овощами №488	150	12,7	16,9	10,8	246,9	0,2	4,7	0,2	2,6	24,3	26,9	127,5	1,3	488	2004				
Компот на свежих сухофруктах №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4						
Итого за первый завтрак:		21,1	21,9	84,3	616,9	0,4	14,3	0,4	6,3	103,4	80,5	252,4	5,2						
Полдник																			
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Компот на ягодах №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011				
Итого за первый обед:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5						
Всего:		28,2	25,1	154,1	959,3	0,5	17,1	0,4	7,1	147,6	106,2	350,1	6,7						

Handwritten signature

12-е дневное меню для обеспечения бесперебойным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгодонск

11 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8		
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	0,0	7,1	0,2	1,9	34,6	20,6	38,9	0,9	82	2011
Шницель из говядины №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	0,1	2,0	0,2	3,9	19,7	33,8	158,8	1,5	492	2004
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1		
Итого за прием пищи:		23,8	24,2	97,5	711,7	0,3	91,6	0,4	8,2	107,8	88,8	279,0	5,5		
Подъемник															
Пирожок печеный с картофелем №778	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5		
Всего:		30,9	27,4	167,3	1054,1	0,4	94,4	0,4	9,0	152,0	114,5	376,7	7,0		

12 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8		
Суп картофельный с мясными котлетками №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	0,1	5,3	0,2	1,1	19,8	20,8	48,3	0,9	103	2011
Зеленый салат рубленый №237	80,5	9,5	14,5	11,6	215,5	0,0	0,7	0,0	4,8	32,2	33,5	142,8	1,2	237	2011
Рис отваренный с томатом №513	150	4,0	4,0	39,4	210,8	0,0	1,6	0,0	0,3	13,2	28,9	78,3	0,7	513	2004
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,8	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4		
Итого за прием пищи:		23,1	21,8	138,2	841,0	0,3	10,1	0,2	8,0	124,1	123,8	378,6	6,2		
Подъемник															
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004
Итого за прием пищи:		5,4	8,2	82,2	429,0	0,1	12,0	0,1	0,8	39,9	14,6	56,6	1,0		
Всего:		28,5	30,0	220,4	1270,0	0,4	22,1	0,3	8,8	164,0	138,4	435,2	7,2		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Итого за весь период	372,6	364,6	2 098,4	13 161,9	2,4	242,8	3,8	55,6	1 065,9	888,4	2 927,5	54,2		
Среднее значение за период	31	30,4	174,9	1 096,8	0,2	24,3	0,4	5,6	106,6	88,8	292,8	5,4		

Сборные рецептуры на продукты для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотыльникова и В.А. Гусельникова. - М.: Делта-пресс, 2011. - 544с.

Сборные рецептуры и кулинарные технологии для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Дампиной. - М.: Хлебодар-пресс, 2004. - 640с.

Сборные рецептуры блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГОУ НИИД Минздрава России. НИИ ГИОЗ/ИИЛ / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучака - М.: Издательство Национальный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

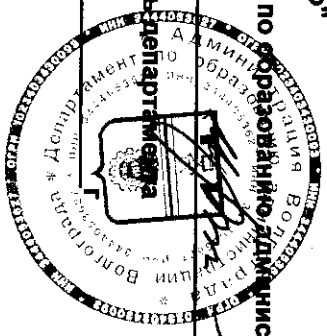
Handwritten signature

"Разработано"

Департамент по образованию, для администрации Волгограда

Руководитель департамента

И.А. Радченко

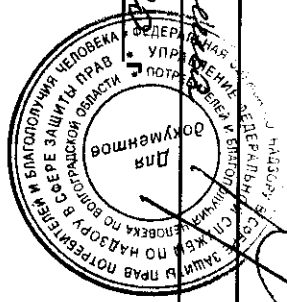


"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора
по Волгоградской области

И.А. Радченко

28.08.2022



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов

возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 смена

А.М.М.

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда**

1 день

Примен пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Овощина с овощами №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	0,1	8,7	0,9	7,3	40,1	49,4	183,2	2,7	278К	2016				
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	9,6	0,0	0,3	21,6	12,2	14,9	3,0	338	2011				
Итого за прием пищи:		20,2	27,1	73,6	623,0	0,2	18,3	1,1	8,6	83,2	80,4	235,9	7,0						
2-й завтрак																			
Соуска, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004				
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за прием пищи:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0						
Всего:		30,9	44,5	120,0	976,8	0,4	19,4	1,3	9,8	126,4	102,1	363,2	9,0						

2 день

Примен пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Плов из птицы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	0,1	2,0	0,2	3,9	19,7	33,8	158,8	1,5	492	2004				
Чай с лимонном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	377	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Итого за прием пищи:		18,5	19,2	61,9	494,3	0,2	3,1	0,4	4,7	41,6	50,3	190,4	2,6						
2-й завтрак																			
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004				
Итого за прием пищи:		8,9	4,4	68,3	353,3	0,1	2,9	0,0	0,8	86,3	34,2	135,9	1,7						
Всего:		27,4	23,6	130,2	847,6	0,3	6,0	0,4	5,5	127,9	84,5	326,3	4,3						

ok

**12-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕСПЛАТНЫМ ДУХРАЗОВЫМ ПИТАНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ
ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 7-11 ЛЕТ МОУ Волгограда**

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р	
		Белки, г				Жир, г									
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг			Fe, мг
Завтрак															
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	0,0	0,2	0,1	0,2	78,2	22,6	95,7	0,4	174	2011
Ябло вареное вкрутую №337	1	6,3	5,7	0,4	78,5	0,0	0,0	0,2	0,3	25,5	5,6	89,0	1,2	337	2004
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		14,8	14,1	62,2	436,8	0,1	0,3	0,6	1,3	162,8	48,8	243,7	2,8		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	66,4	351,0	0,1	82,2	0,0	1,7	47,4	21,4	62,6	1,4		
Всего:		21,4	18,9	128,6	787,8	0,2	82,5	0,6	3,0	210,2	70,2	306,3	4,2		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р	
		Белки, г				Жир, г									
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг			Fe, мг
Завтрак															
Котлеты, биточки, пинцези рубленые №268	80	12,9	17,6	11,7	255,9	0,0	0,0	0,0	2,8	15,9	22,3	126,9	2,1	268	2011
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0,0	0,1	1,0	16,0	20,5	54,6	1,2	203	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Итого за прием пищи:		21,5	23,5	79,3	613,5	0,2	0,0	0,3	4,6	51,3	58,6	211,7	4,4		
2-й завтрак															
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004
Итого за прием пищи:		5,1	8,1	64,2	352,5	0,1	1,1	0,3	0,7	32,4	12,1	47,6	1,1		
Всего:		26,6	31,6	143,5	966,0	0,3	1,1	0,6	5,3	83,7	70,7	259,3	5,5		

Handwritten signature

12-ти дневное меню для обеспечения полноценным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Дети - инвалиды
возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

5 день

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводи, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	0,1	0,0	3,3	48,1	40,2	165,9	1,2	388	2004				
Рагу из овощей №224	150	2,6	10,4	13,5	158,3	0,1	12,3	0,3	0,3	44,9	24,0	58,9	0,8	224	2004				
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	377	2011				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Итого за прием пищи:		17,4	18,0	65,6	494,6	0,3	13,5	0,5	4,6	117,0	83,7	264,0	3,3						
2-й завтрак																			
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Компот из клюва №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011				
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5						
Всего:		24,5	21,2	135,4	837,0	0,4	16,3	0,5	5,4	161,2	109,4	361,7	4,8						

6 день

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводи, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Запеканка рисовая с творогом со сметаной №315	150/10	9,0	8,1	45,8	291,4	0,0	0,0	0,0	0,2	56,6	30,8	134,2	1,1	315	2004				
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004				
Масло сливочное №96	5	0,0	3,5	0,1	32,1	0,0	0,0	0,0	0,1	1,0	0,0	1,2	0,0	96	2004				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Итого за прием пищи:		15,0	13,2	96,1	561,8	0,1	0,1	0,0	1,3	133,1	63,6	234,6	2,7						
2-й завтрак																			
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011				
Компот из вишневый №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004				
Итого за прием пищи:		6,4	4,6	79,2	389,9	0,1	14,2	0,0	1,0	49,3	23,6	69,9	1,2						
Всего:		21,4	17,8	175,3	951,7	0,2	14,3	0,0	2,3	182,4	87,2	304,5	3,9						

Анастас

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда**

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Завтрак																	
Каши вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	150	4,1	4,9	26,0	165,5	0,1	0,2	0,0	0,0	78,6	22,5	91,4	0,5	175	2011		
Сыр (поплавки) №15	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	0,0	0,0	0,1	74,8	2,8	40,0	0,1	15	2011		
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Итого за прием пищи:		10,6	9,0	57,3	354,0	0,2	0,3	0,3	0,9	212,5	45,9	190,4	1,8				
2-й завтрак																	
Основа, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004		
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004		
Итого за прием пищи:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0				
Всего:		21,3	26,4	103,7	707,8	0,4	1,4	0,5	2,1	255,7	67,6	317,7	3,8				

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Завтрак																	
Фрикадельки мясные с соусом №280/330	80/30	12,5	17,0	13,5	256,5	0,0	0,2	0,0	3,6	32,9	17,9	117,2	1,5	280/330	2011		
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	0,2	0,0	0,0	0,4	15,4	91,0	135,5	3,1	341	2016		
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	0,0	1,1	0,2	0,0	14,0	4,9	1,4	0,5	377	2011		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9				
Итого за прием пищи:		22,5	22,1	80,7	611,4	0,3	1,3	0,2	5,0	72,7	128,7	291,9	6,0				
2-й завтрак																	
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004		
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011		
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5				
Всего:		29,6	25,3	150,5	953,8	0,4	4,1	0,2	5,8	116,9	154,4	389,6	7,5				

Handwritten signature

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплотным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда**

9 день

Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Завтрак																	
Тфтели с рисом №307К	80	9,8	7,6	11,2	153,3	0,0	0,0	0,0	0,3	7,1	14,6	91,8	1,1	307	2016		
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0,0	0,1	1,0	16,0	20,5	54,6	1,2	203	2011		
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	0,0	0,4	0,0	0,0	2,8	1,7	3,3	0,0	363	2016		
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Итого за прием пищи:		18,6	14,2	80,3	524,1	0,2	0,4	0,3	2,1	45,3	52,6	179,9	3,4				
2-й завтрак																	
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011		
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004		
Итого за прием пищи:		7,2	9,4	75,1	415,5	0,1	0,1	0,1	0,7	83,9	25,4	107,6	1,4				
Всего:		25,8	23,6	155,4	939,6	0,3	0,5	0,4	2,8	129,2	78,0	287,5	4,8				

10 день

Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Завтрак																	
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	0,1	0,0	3,3	48,1	40,2	165,9	1,2	388	2004		
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	0,0	0,1	0,3	8,6	24,5	75,3	0,5	304	2011		
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Итого за прием пищи:		19,0	13,9	83,0	532,4	0,2	0,2	0,4	4,4	115,8	85,3	300,2	2,9				
2-й завтрак																	
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011		
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004		
Итого за прием пищи:		6,1	4,5	61,2	313,4	0,1	3,3	0,2	0,9	41,8	21,1	60,9	1,3				
Всего:		25,1	18,4	144,2	845,8	0,3	3,5	0,6	5,3	157,6	106,4	361,1	4,2				

Handwritten signature

**12-ти дневное меню для обеспечения сбалансированным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгодонск**

11 день

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Завтрак																
Чахохоби №491	80	9,6	10,6	5,3	155,5	0,0	4,6	0,0	0,3	33,9	19,1	99,4	1,2	491	2004	
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	0,2	0,0	0,0	0,4	15,4	91,0	135,5	3,1	341	2016	
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	0,0	1,1	0,2	0,0	14,0	4,9	1,4	0,5	377	2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9			
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	9,6	0,0	0,3	21,6	12,2	14,9	3,0	338	2011	
Итого за присм пищи:		20,2	16,3	86,8	578,8	0,3	15,3	0,2	2,0	95,3	142,1	289,0	8,7			
2-й завтрак																
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004	
Компот из кизила №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011	
Итого за присм пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5			
Всего:		27,3	19,5	156,6	921,2	0,4	18,1	0,2	2,8	139,5	167,8	386,7	10,2			

12 день

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Завтрак																
Птица, тушенная в соусе с овощами №488	150	12,7	16,9	10,8	246,9	0,2	4,7	0,2	2,6	24,3	26,9	127,5	1,3	488	2004	
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9			
Итого за присм пищи:		18,7	18,5	61,0	485,2	0,3	4,8	0,2	3,6	99,8	59,7	226,7	2,9			
2-й завтрак																
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011	
Компот из вишневого №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004	
Итого за присм пищи:		5,4	8,2	82,2	429,0	0,1	12,0	0,1	0,8	39,9	14,6	56,6	1,0			
Всего:		24,1	26,7	143,2	914,2	0,4	16,8	0,3	4,4	139,7	74,3	283,3	3,9			
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ																
Итого	6	ж	уг	ккал	С											
Итого за период	305,4	297,5	1686,6	10649,3	57,6											
Среднее значение за период	25,5	24,8	140,6	887,4	4,8											

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Гутельмана. - М.: Дельта плюс, 2011. - 544с.
Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда**

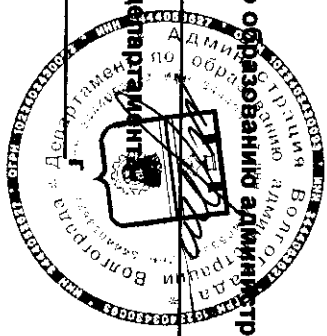
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НИЗД Минздрава России, НИИ ГИОЗДИТ / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель. Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Склад

"Разработано"

Департамент по образованию администрации Волгограда

Руководитель Департамента И.А.Радченко

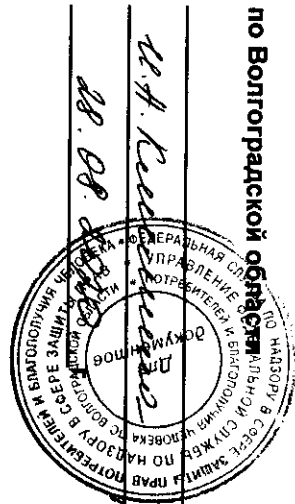


"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора

по Волгоградской области

И.А. Радченко



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов

возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

2 смена

Указ

12-ти дневное меню для обеспечения сбалансированным дефицитным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгодонск

1 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, перец соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4		
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	0,3	4,6	0,2	2,5	37,8	33,7	79,2	2,0	102	2011
Котлеты рубленные из телятины №294	100/5	16,2	20,7	15,1	312,1	0,1	0,6	0,1	3,2	21,3	27,8	154,7	2,0	294	2011
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	0,2	0,0	0,1	1,2	19,2	24,6	65,4	1,4	203	2011
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Хлеб пеклепшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4		
Итого за прием пищи:		36,3	34,2	142,2	1 017,1	0,8	9,4	0,4	8,7	136,7	127,4	401,5	9,0		
Полдник															
Сосиска, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004
Чай с сахаром карамель №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004
Итого за прием пищи:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0		
Всего:		47,0	51,6	188,6	1 370,9	1,0	10,5	0,6	9,9	179,9	149,1	528,8	11,0		

2 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, перец соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4		
Щи из свежей капусты с картофелем №68	250	1,9	5,1	9,3	90,5	0,0	12,4	0,2	2,4	43,1	22,3	43,6	0,9	88	2011
Котлета рубленная (телятина) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,1	0,2	0,0	4,1	59,9	50,2	207,5	1,6	388	2004
Пюре картофельное №128	180	3,8	9,0	25,8	197,9	0,2	12,4	0,0	0,3	47,0	35,1	102,5	1,3	128	2011
Квасель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Хлеб пеклепшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1		
Итого за прием пищи:		26,6	24,4	126,3	877,5	0,5	29,2	0,2	8,4	209,9	147,3	452,3	7,0		
Полдник															
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004
Итого за прием пищи:		8,9	4,4	68,3	353,3	0,1	2,9	0,0	0,8	86,3	34,2	135,9	1,7		
Всего:		35,5	28,8	194,6	1 180,8	0,6	32,1	0,2	9,2	296,2	181,5	588,2	8,7		

Handwritten signature

12-ти дневное меню для обеспечения физиологичным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

3 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Обед																
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4			
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	0,0	8,8	0,2	2,4	43,5	26,0	48,5	1,2	82	2011	
Рыбу по штудии №289	200	16,7	19,4	18,6	316,3	0,2	10,0	0,5	3,6	29,9	43,5	180,8	2,0	289	2011	
Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за прием пищи:		26,1	25,7	103,7	747,7	0,4	24,6	0,7	7,7	134,9	112,0	327,7	7,3			
Полдник																
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	232,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	39,5	0,9	406	2011	
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011	
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	66,4	331,0	0,1	82,2	0,0	1,7	47,4	21,4	62,6	1,4			
Всего:		32,7	30,5	170,1	1078,7	0,5	106,8	0,7	9,4	182,3	133,4	390,3	8,7			

4 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Обед																
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4			
Суп из овощей №135	250	1,8	3,7	11,0	85,3	0,1	8,5	0,2	0,2	31,7	21,4	48,3	0,9	135	2004	
Чарошата №491	150	18,2	19,8	9,7	291,1	0,1	8,6	0,3	0,7	64,4	35,7	186,8	2,1	491	2004	
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	46,7	263,1	0,1	0,0	0,1	0,4	10,4	29,5	90,3	0,5	304	2011	
Компот из свежих сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за прием пищи:		31,6	31,1	131,4	979,8	0,5	21,3	0,6	2,9	163,3	126,2	419,8	6,8			
Полдник																
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004	
Итого за прием пищи:		5,1	8,1	64,2	352,5	0,1	1,1	0,3	0,7	32,4	12,1	47,6	1,1			
Всего:		36,7	39,2	195,6	1282,3	0,6	22,4	0,9	3,6	195,7	138,3	467,4	7,9			

Анастас

12-ти дневное меню для обеспечения полноценным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгодонья

5 день

Применяемая пища, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник к рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Р, мг		
Обед																
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый, свежая отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4			
Щи из свежей капусты с картофелем №688	250	1,9	5,1	9,3	90,5	0,0	12,4	0,2	2,4	43,1	22,3	43,6	0,9	88	2011	
Гречка из пшеницы №692	200	20,4	25,3	36,5	434,9	0,1	2,5	0,3	5,3	26,0	45,4	211,7	2,0	492	2004	
Каша из консервов №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4			
Итого за прием пищи:		30,1	31,6	125,3	904,6	0,4	29,0	0,2	4,9	160,4	117,2	367,4	7,3			
Полдник																
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004	
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011	
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5			
Всего:		37,2	34,8	195,1	1247,0	0,5	31,8	0,2	5,7	204,6	142,9	465,1	8,8			

6 день

Применяемая пища, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник к рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Р, мг		
Обед																
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый, свежая отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4			
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	0,3	4,6	0,2	2,5	37,8	33,7	79,2	2,0	102	2011	
Говядина с овощами №78К	200	21,0	35,0	27,2	507,4	0,2	11,5	1,2	9,6	53,4	66,0	243,8	3,8	278К	2016	
Напиток из яблок промышленный №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4			
Итого за прием пищи:		35,2	41,9	115,2	985,5	0,7	100,3	1,4	14,7	160,2	144,1	428,3	9,8			
Полдник																
Пирожок печеный с яблоком №406	100	5,9	4,5	46,2	232,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011	
Компот из яблок №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004	
Итого за прием пищи:		6,4	4,6	79,2	389,9	0,1	14,2	0,0	1,0	49,3	23,6	69,9	1,2			
Всего:		41,6	46,5	194,4	1375,4	0,8	114,5	1,4	15,7	209,5	167,7	495,2	11,0			

Анастас

7 дней

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг		
Обед																	
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4				
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,8	2,9	19,9	117,6	0,1	6,6	0,2	1,4	24,7	26,2	60,6	1,1	103	2011		
Тертая с рисом №307К	100	12,5	9,6	14,1	191,6	0,0	0,0	0,0	0,4	8,8	18,4	114,8	1,6	307	2016		
Пюре картофельное №128	180	3,8	9,0	25,8	197,9	0,2	12,4	0,0	0,3	47,0	35,1	102,5	1,3	128	2011		
Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4				
Итого за прием пищи:		27,0	22,9	136,1	852,5	0,5	24,8	0,2	4,0	143,6	123,9	384,1	8,4				
Подушка																	
Сосиска запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004		
Чай с сахаром карамель №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004		
Итого за прием пищи:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0				
Всего:		37,7	40,3	182,5	1206,3	0,7	25,9	0,4	5,2	186,8	145,6	511,4	10,4				

8 дней

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг		
Обед																	
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4				
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	0,0	8,8	0,2	2,4	43,5	26,0	48,5	1,2	82	2011		
Пюре, тушеная в соусе с овощами №488	200	16,7	22,4	14,4	328,4	0,2	6,3	0,4	3,6	31,9	35,7	169,9	1,7	488	2004		
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4				
Итого за прием пищи:		26,5	28,6	95,6	744,3	0,4	19,3	0,6	7,8	168,1	139,3	446,7	8,9				
Подушка																	
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004		
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011		
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5				
Всего:		33,6	31,8	165,4	1086,7	0,5	22,1	0,6	8,6	212,3	165,0	544,4	10,4				

Handwritten signature

12-ти дневное меню для обеспечения полноценным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгоград

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг		
Обед																			
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соевый, помидор соевый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4						
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	0,3	4,6	0,2	2,5	37,8	33,7	79,2	2,0	102	2011				
Котлета рубленая из мяса №294	100/5	16,2	20,7	15,1	312,1	0,1	0,6	0,1	3,2	21,3	27,8	154,7	2,0	294	2011				
Каша пшеничная греческая №302	180	7,5	5,1	46,4	260,6	0,2	0,0	0,0	1,3	35,3	39,1	175,1	3,0	302	2011				
Кисель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0						
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Итого за прием пищи:		37,3	32,4	160,0	1 079,2	0,8	9,4	0,3	8,8	155,9	142,0	515,5	10,5						
Полдник																			
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011				
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004				
Итого за прием пищи:		7,2	9,4	75,1	415,5	0,1	0,1	0,1	0,7	83,9	25,4	107,6	1,4						
Всего:		44,5	41,8	235,1	1 494,7	0,9	9,5	0,4	9,5	239,8	167,4	623,1	11,9						

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг		
Обед																			
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отурец соевый, помидор соевый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4						
Щи из свежей капусты с картофелем №68	250	1,9	5,1	9,3	90,5	0,0	12,4	0,2	2,4	43,1	22,3	43,6	0,9	88	2011				
Рагу из овощей №289	200	16,7	19,4	18,6	316,3	0,2	10,0	0,5	3,6	29,9	43,5	180,8	2,0	289	2011				
Компот из свежих плодов (блон) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1						
Итого за прием пищи:		25,9	25,8	100,0	732,4	0,4	28,2	0,7	7,7	134,5	108,3	372,8	7,0						
Полдник																			
Пирожок печеный с вишней №106	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011				
Чай с сахаром жаркое №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за прием пищи:		6,1	4,5	61,2	313,4	0,1	3,3	0,2	0,9	41,8	21,1	60,9	1,3						
Всего:		32,0	30,3	161,2	1 045,8	0,5	31,5	0,9	8,6	176,3	129,4	383,7	8,3						

Анна

12-ти дневное меню для обеспечения полноценным белковым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастом
Группы 12-18 лет МОУ Волгоград

11 день

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг
Обед														
Овощи по сезону (отруби свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4	
Борщи с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	0,0	8,8	0,2	2,4	43,5	26,0	48,5	1,2	82
Плов из гречки №492	200	20,4	25,3	36,5	454,9	0,1	2,5	0,3	5,3	26,0	45,4	211,7	2,0	492
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1	
Итого за прием пищи:	30,5	31,7	114,3	871,7	0,3	95,5	0,5	10,1	136,9	114,1	357,7	6,9		
Полдник														
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348
Итого за прием пищи:	7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5		
Всего:	37,4	34,9	184,1	1214,1	0,4	98,3	0,5	10,9	181,1	139,8	455,4	8,4		

12 день

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг
Обед														
Овощи по сезону (отруби свежий, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	0,0	4,2	0,0	0,1	35,0	20,8	40,7	1,4	
Отруби картофельные с картошкой №103	250	2,8	2,9	19,9	117,6	0,1	6,6	0,2	1,4	24,7	26,2	60,6	1,1	103
Зразы рубленые №237	100/5	11,9	17,3	14,7	262,5	0,1	0,9	0,0	6,3	40,2	41,8	178,4	1,5	237
Рис отваренный с томатом №513	180	4,8	4,8	47,3	232,9	0,1	2,0	0,0	0,5	16,0	34,7	94,0	0,8	513
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7	
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4	
Итого за прием пищи:	27,7	26,3	158,1	978,3	0,5	13,7	0,2	10,0	153,7	151,6	458,4	7,4		
Полдник														
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456
Компот из апельсинов №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636
Итого за прием пищи:	5,4	8,2	82,2	429,0	0,1	12,0	0,1	0,8	39,9	14,6	56,6	1,0		
Всего:	33,1	34,5	240,3	1407,3	0,6	25,7	0,3	10,8	193,6	166,2	515,0	8,4		

ИТОГО ПО ПИЩЕВОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг
Итого за весь период	449,0	445,0	2307,0	15010,0	5,4	295,5	5,3	75,6	1567,5	1287,7	4066,1	82,0	
Среднее значение за период	37,4	37,1	192,3	1250,8	0,2	29,6	0,5	7,6	156,8	128,8	406,6	8,2	

Сборник рецептов на разработано для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Моргачева и В.А. Трушанина. - М.: Делта-пресс, 2011. - 344с.

Сборник рецептов и кулинарных рецептов для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Липинской - М.: Учительский дом, 2004. - 640с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных рецептов для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов ФГОУ НИИД Министерства России, НИИ ГИОЭДЦИ / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучина - М.: Институт Национальный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

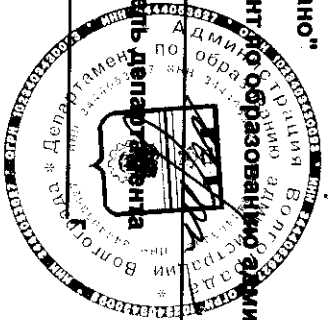
Handwritten signature

"Разработано"

Департамент по образованию администрации Волгограда

Руководитель департамента

И.А. Радченко

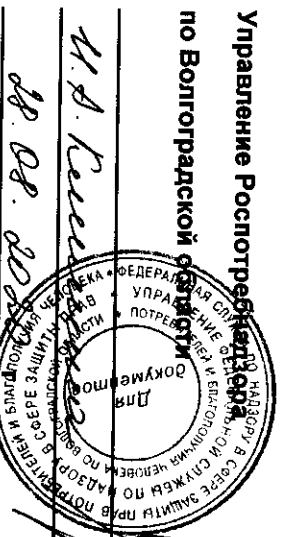


"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора

по Волгоградской области

И.А. Радченко



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов

Возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

1 смена

Иванс

**12-ти дневное меню для обеспечения питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

1 день

Применение наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны							Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур Р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Товарины с овощами №278К	200	21,0	35,0	27,2	507,4	0,2	11,5	1,2	9,6	53,4	66,0	243,8	3,8	278К	2016				
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	9,6	0,0	0,3	21,6	12,2	14,9	3,0	338	2011				
Итого за прием пищи:		25,4	35,9	80,6	749,9	0,3	21,1	1,4	10,9	96,5	97,0	296,5	8,1						
2-й завтрак																			
Соусок, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004				
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за прием пищи:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0						
Всего:		36,1	53,3	127,0	1103,7	0,5	22,2	1,6	12,1	139,7	118,7	423,8	10,1						

2 день

Применение наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны							Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур Р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	454,9	0,1	2,5	0,3	5,3	26,0	45,4	211,7	2,0	492	2004				
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	377	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Итого за прием пищи:		23,6	25,5	71,0	608,4	0,2	3,6	0,5	6,1	47,9	61,9	243,3	3,1						
2-й завтрак																			
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004				
Итого за прием пищи:		8,9	4,4	68,3	353,3	0,1	2,9	0,0	0,8	86,3	34,2	135,9	1,7						
Всего:		32,5	29,9	139,3	961,7	0,3	6,5	0,5	6,9	134,2	96,1	379,2	4,8						

Handwritten signature

**12-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДВУХРАЗОВЫМ ПИТАНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ
ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 12-18 ЛЕТ МОУ ВОЛГОГРАДА**

3 день

Присм пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг		
Завтрак																		
Каша вязкая молочная рисовая №174	200	5,6	9,8	40,6	273,2	0,0	0,2	0,1	0,3	104,4	30,1	127,6	0,5	174	2011			
Ябло вареное накрутую №337	1	6,3	5,7	0,4	78,5	0,0	0,0	0,2	0,3	25,5	5,6	89,0	1,2	337	2004			
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016			
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7					
Итого за прием пищи:		16,2	16,7	72,3	504,9	0,1	0,3	0,6	1,4	189,0	56,3	275,6	2,9					
2-й завтрак																		
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011			
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011			
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	66,4	351,0	0,1	82,2	0,0	1,7	47,4	21,4	62,6	1,4					
Всего:		22,8	21,5	138,7	855,9	0,2	82,5	0,6	3,1	236,4	77,7	338,2	4,3					

4 день

Присм пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг		
Завтрак																		
Колбаса, биточки, шницели рубленые №268	100	16,0	22,1	14,6	320,6	0,0	0,0	0,0	3,5	20,1	27,9	158,7	2,7	268	2011			
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	0,2	0,0	0,1	1,2	19,2	24,6	65,4	1,4	203	2011			
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011			
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7					
Итого за прием пищи:		25,7	29,2	88,8	719,4	0,3	0,0	0,3	5,5	58,7	68,3	254,3	5,2					
2-й завтрак																		
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011			
Чай с сахаром карамель №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004			
Итого за прием пищи:		5,1	8,1	64,2	352,5	0,1	1,1	0,3	0,7	32,4	12,1	47,6	1,1					
Всего:		30,8	37,3	153,0	1 071,9	0,4	1,1	0,6	6,2	91,1	80,4	301,9	6,3					

М.И.И.И.

12-ти дневное меню для обеспечения бесшумным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

5 день

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	Ca, мг		
Котлета рыбная (индей) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,1	0,2	0,0	4,1	59,9	50,2	207,5	1,6	388	2004				
Рагу из овощей №224	180	3,3	12,2	16,1	190,0	0,1	14,8	0,6	0,6	53,8	28,8	70,8	1,0	224	2004				
Чай с лимонком №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	377	2011				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Итого за прием пищи:		20,9	21,7	71,3	566,1	0,3	16,1	0,8	5,7	137,7	98,5	317,5	3,9						
Пирожок печеный с каршофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011				
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5						
Всего:		28,0	24,9	141,1	908,5	0,4	18,9	0,8	6,5	181,9	124,2	415,2	5,4						

6 день

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг	Ca, мг		
Запеканка рисовая с творогом со сметаной №315	200/10	11,9	10,1	61,1	382,2	0,0	0,1	0,0	0,4	72,8	41,2	177,2	1,2	315	2004				
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004				
Масло сливочное №96	5	0,0	3,5	0,1	32,1	0,0	0,0	0,0	0,1	1,0	0,0	1,2	0,0	96	2004				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Итого за прием пищи:		17,9	15,2	111,4	652,6	0,1	0,2	0,0	1,5	149,3	74,0	277,6	2,8						
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011				
Компот из апельсинов №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004				
Итого за прием пищи:		6,4	4,6	79,2	389,9	0,1	14,2	0,0	1,0	49,3	23,6	69,9	1,2						
Всего:		24,3	19,8	190,6	1 042,5	0,2	14,4	0,0	2,5	198,6	97,6	347,5	4,0						

**12-ти дневное меню для обеспечения бесшлаковым двукратным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

7 день

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Cl, мг			
Завтрак																			
Капша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,4	6,6	34,7	220,3	0,1	0,2	0,0	0,3	104,7	29,6	121,6	0,7	175	2011				
Сыр (поливка) №15	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	0,0	0,0	0,1	74,8	2,8	40,0	0,1	15	2011				
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Итого за прием пищи:		11,9	10,7	66,0	408,8	0,2	0,3	0,3	1,2	238,6	53,0	220,6	2,0						
2-й завтрак																			
Овсянка, запеченная в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004				
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за прием пищи:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0						
Всего:		22,6	28,1	112,4	762,6	0,4	1,4	0,5	2,4	281,8	74,7	347,9	4,0						

8 день

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг				
Завтрак																			
Фрикадельки мясные с соусом №280/330	100/30	15,5	21,0	16,4	316,9	0,0	0,3	0,0	4,6	39,3	22,2	145,3	2,0	280/330	2011				
Капша гречневая рассыпчатая №141К	180	7,4	5,7	33,4	213,9	0,2	0,0	0,0	0,6	18,5	109,2	162,6	3,6	341	2016				
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	0,0	1,1	0,2	0,0	14,0	4,9	1,4	0,5	377	2011				
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9						
Итого за прием пищи:		26,8	27,0	89,2	707,5	0,3	1,4	0,2	6,2	82,2	151,2	347,1	7,0						
2-й завтрак																			
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011				
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5						
Всего:		33,9	30,2	159,0	1049,9	0,4	4,2	0,2	7,0	126,4	176,9	444,8	8,5						

Handwritten signature

**12-ти дневное меню для обеспечения бесшумным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгодара**

9 день

Применяемая пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Творожки с рисом №307К	100	12,5	9,6	14,1	191,6	0,0	0,0	0,0	0,4	8,8	18,4	114,8	1,6	307	2016				
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	0,2	0,0	0,1	1,2	19,2	24,6	65,4	1,4	203	2011				
Соус томатный 30г- №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	0,0	0,4	0,0	0,0	2,8	1,7	3,3	0,0	363	2016				
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	0,2	0,0	11,1	3,9	0,0	0,4	376	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Итого за прием пищи:		22,4	17,4	89,8	603,6	0,3	0,4	0,3	2,4	50,2	60,5	213,7	4,1						
2-й завтрак																			
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011				
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004				
Итого за прием пищи:		7,2	9,4	75,1	415,5	0,1	0,1	0,1	0,7	83,9	25,4	107,6	1,4						
Всего:		29,6	26,8	164,9	1 019,1	0,4	0,5	0,4	3,1	134,1	85,9	321,3	5,5						

10 день

Применяемая пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак																			
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,1	0,2	0,0	4,1	59,9	50,2	207,5	1,6	388	2004				
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	46,7	263,1	0,1	0,0	0,1	0,4	10,4	29,5	90,3	0,5	304	2011				
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,0	0,1	0,3	0,0	50,8	8,7	28,8	0,5	421	2016				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Итого за прием пищи:		22,5	16,9	93,9	616,0	0,3	0,3	0,4	5,3	129,4	100,3	356,8	3,3						
2-й завтрак																			
Пирожок гречневый с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011				
Чай с сахаром карамель №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за прием пищи:		6,1	4,5	61,2	313,4	0,1	3,3	0,2	0,9	41,8	21,1	60,9	1,3						
Всего:		28,6	21,4	155,1	929,4	0,4	3,6	0,6	6,2	171,2	121,4	417,7	4,6						

Итого:

12-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕСПЛАТНЫМ ДУХОВНЫМ ПИТАНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 12-18 ЛЕТ МОУ ВОЛГОГРАДА

11 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны							№ рецептур	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг			Fe, мг
Завтрак															
Чахохбили №491	100	12,1	13,2	6,7	194,5	0,1	5,8	0,0	0,5	42,8	23,8	124,5	1,5	491	2004
Каша гречневая рассыпчатая №341К	180	7,4	5,7	33,4	213,9	0,2	0,0	0,0	0,6	18,5	109,2	162,6	3,6	341	2016
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	0,0	1,1	0,2	0,0	14,0	4,9	1,4	0,5	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9		
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	0,0	9,6	0,0	0,3	21,6	12,2	14,9	3,0	338	2011
Итого за прием пищи:		24,0	19,8	93,8	653,5	0,4	16,5	0,2	2,4	107,3	165,0	341,2	9,5		
2-й завтрак															
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5		
Всего:		31,1	23,0	163,6	995,9	0,5	19,3	0,2	3,2	151,5	190,7	438,9	11,0		

12 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны							№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг			Fe, мг	
Завтрак																
Пюре, тушенное в соусе с овощами №488	200	16,8	22,6	14,4	329,6	0,2	6,3	0,4	3,6	32,3	35,8	170,1	1,7	488	2004	
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,1	0,0	0,0	1,0	10,4	14,9	37,8	0,9			
Итого за прием пищи:		22,8	24,2	64,6	567,9	0,3	6,4	0,4	4,6	107,8	68,6	269,3	3,3			
2-й завтрак																
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011	
Компот из апельсина №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004	
Итого за прием пищи:		5,4	8,2	82,2	429,0	0,1	12,0	0,1	0,8	39,9	14,6	56,6	1,0			
Всего:		28,2	32,4	146,8	996,9	0,4	18,4	0,5	5,4	147,7	83,2	325,9	4,3			
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ																
Итого	6	ж	уг	ккал	С										№ рецептур	Сборник рецептур
Итого за период	348,5	348,6	1791,5	11698,0	66,6											
Среднее значение за период	29,0	29	149,3	974,8	5,6											

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотыльнова и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2011. - 544с.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Давыдовой. - М.: Хлебпромдизформ, 2004. - 640с.

А.Медведев

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгодара**

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НИЗД Минздрава
России, НИИ ГБОУ ДП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издательский центр «Здоровье детей», 2016. - 360 с.

Александр