

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ЮЗ-Н»

Иванов И.И.



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ СШ № 2 г. Дубовки

Савченко Т.Т.



**Примерное 10-ти дневное меню
для обеспечения бесплатным
двухразовым питанием
обучающихся с ограниченными возможностями
здоровья, детей-инвалидов
возрастной группы 7-11 лет
МКОУ СШ № 2 г. Дубовки
Дубовского муниципального района
Волгоградской области**

2023-2024 учебный год

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



Согласовано:

Директор ШКОЛЫ № 1 "Солнышко"
О.В. Савченко

1 день

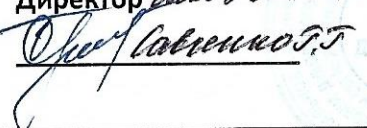
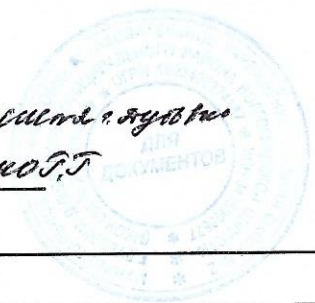
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К	100	9,60	10,70	3,00	168,10	311К	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	5,34	21,80	155,00	303	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	1,70	0,10	2,90	22,40	80	
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,76	0,35	16,90	82,80	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	545	19,16	16,49	59,60	486,30		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ С СЫРОМ	90	7,84	10,09	56,42	348,11		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	290	7,94	10,09	84,62	458,41		
Всего:	835	27,10	26,58	144,22	944,71		

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

Утверждаю:

 Директор *Иванов С.А.*


Согласовано:

Директор *Савинко С.С.*



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА №175	200	8,20	14,90	34,70	220,60	175	2011
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)	30/20	3,30	0,20	27,20	117,40	2	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40	ТТК №338	
Итого за прием пищи:	600	12,40	15,70	91,40	466,40		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ С НАЧИНКОЙ	100	7,84	10,09	56,40	348,11		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	2004
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61		
Всего:	900	22,54	27,09	173,70	938,01		

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

Утверждаю:

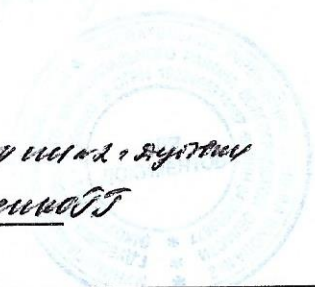
Директор МБОУ СОШ № 11 г. Сосновского
Маслов С.А.



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 11 г. Сосновского

Олег Иванович



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455	90	11,70	13,70	12,00	216,90	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203	2011
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	1,10	0,00	2,30	13,60	ТТК №43	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	550	20,08	23,21	73,76	587,30		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ С НАЧИНКОЙ	80	7,84	10,09	56,42	348,11		
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,20	0,20	27,50	112,70		
Итого за прием пищи:	280	8,04	10,29	83,92	460,81		
Всего:	830	28,12	33,50	157,68	1 048,11		

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

Утверждаю:

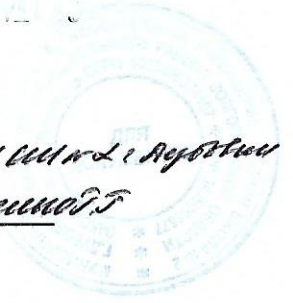
Директор МБОУ СОШ № 1



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 1

Директор МБОУ СОШ № 1



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	20,30	24,00	32,40	345,80	492	2004
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	1,70	0,10	2,90	22,40	80	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	26,30	24,60	79,80	569,30		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ С СЫРОМ	90	7,11	5,50	47,30	267,60		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	290	7,21	5,50	75,50	377,90		
Всего:	790	33,51	30,10	155,30	947,20		

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

Утверждаю:
 Директор *О.В. Сидорова*


Согласовано:

Директор *О.В. Сидорова*


5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ № 289	200	12,81	12,65	15,20	208,00	289	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,75	0,08	4,41	21,40	ТТК №4	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	17,76	13,23	58,91	406,20		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА УЛИТКА	100	7,11	5,50	47,30	267,60		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	2004
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10		
Всего:	800	27,17	20,03	132,11	797,30		

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

Утверждаю:

 Директор МОУ "Средняя общеобразовательная школа №181" *Д.И. Соловьев*

Согласовано:

Директор МОУ "Средняя общеобразовательная школа №181" *С.И. Савченко*

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	200	5,80	10,20	30,80	239,00	181	2017
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН)	40/10	2,36	7,49	14,89	136,00	1	2017
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	4,90	37,20	208,50	9	
Итого за прием пищи:	500	12,16	22,59	97,89	641,50		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА СЛОЕНАЯ С НАЧИНКОЙ	100	7,11	5,50	47,30	267,60		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,21	5,50	75,50	377,90		
Всего:	800	19,37	28,09	173,39	1 019,40		

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



Утверждаю:
Директор ЦМО, СВЗ-а
Масленова

Согласовано:

Директор ЦМО, СВЗ-а
Савинов

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №294	90	14,60	15,60	13,40	252,60	294	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	5,34	21,80	155,00	303	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	1,70	0,10	2,90	22,40	80	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	530	23,48	21,40	63,56	544,30		
ЗАВТРАК II							
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	75	6,46	6,40	61,98	332,66		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60	348	2011
Итого за прием пищи:	275	6,96	6,50	89,38	445,26		
Всего:	805	30,44	27,90	152,94	989,56		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет.



Утверждаю:
 Директор *И.В. Соловьев*
 И.В. Соловьев



Согласовано:

Директор *И.В. Соловьев*
 И.В. Соловьев

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К	90/30	11,30	11,30	14,10	205,60	307/363	2016
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	500	18,78	20,81	78,96	588,70		
ЗАВТРАК II							
СЛОЙКА АЛЬПИЙСКАЯ	90	7,11	5,50	47,30	267,60		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	2004
Итого за прием пищи:	290	9,41	6,80	73,20	391,10		
Всего:	790	28,19	27,61	152,16	979,80		

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

Утверждаю:

Александрова Л.С. Конько
 Исполнитель

Согласовано:

Директор *МБОУ Школа №10*

Ольга Савинова

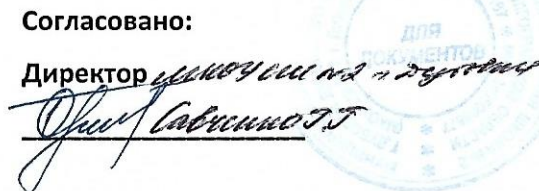
9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	200	8,40	15,50	46,40	298,20	302	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)	30/20	3,30	0,20	27,20	117,40	2	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40	ТТК №338	
Итого за прием пищи:	600	12,50	16,30	102,90	542,00		
ЗАВТРАК II							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	6,46	6,40	61,98	332,66		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360	2011
Итого за прием пищи:	300	6,56	6,40	90,18	442,96		
Всего:	900	19,06	22,70	193,08	984,96		

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет.

Утверждаю:

 Директор И.И. Соловьев


Согласовано:
 Директор И.И. Соловьев


10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЦАМИ № 229	90	8,77	5,50	3,40	94,50	229	2017
РИС ОТВАРНОЙ №304	150	3,80	5,40	38,90	219,30	304	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,75	0,08	4,41	21,40	ТТК №43	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
Итого за прием пищи:	520	15,60	11,34	72,17	449,50		
ЗАВТРАК II							
СЛОЙКА ВЕНСКАЯ	100	7,84	10,09	56,40	348,11		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60	348	2011
Итого за прием пищи:	300	8,34	10,19	83,80	460,71		
Всего:	820	23,94	21,53	155,97	910,21		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	259,44	265,13	1 590,55	9 559,26

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

Среднее значение за период	25,94	26,51	159,06	955,93
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

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

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

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2017. - 544с.