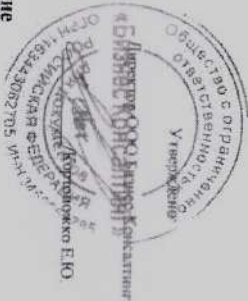


Согласовано:
директор



**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 5 по 11 класс (12-18 лет) ОВЗ группы (завтрак+полдник),
для муниципальных общеобразовательных школ**



Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г. - 275с

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.
обитания"

Среднестатистиче набор пицевой продукции для организации питания (минимальной) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3.2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Сотласаванне:
директор



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Корнішчык Д.А.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	Цена руб
		Б	Ж	У			
День I /неделя I: Понедельник							
Завтрак							
Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Блинчики (овяди) с молоком сгущенным 50/20	250	8,88	14,57	50,24	369,32	1822017м	35
Фрукты по сезону	70	5,08	2,98	18,85	122,54	3992017м	28
Чай с сахаром	100	0,40	0,40	9,80	47,00	3382017м	20
Хлеб пшеничный гидролизованный	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2м/2022н	10
Итого за <u>Завтрак</u>	40	3,16	0,4	19,32	93,52	7012010м	3,05
	660	17,72	18,35	108,59	674,70		96,05
Полдник							
Выпечка маффинс с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	1922017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2м/2022н	7
Итого за <u>Полдник</u>	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за <u>Понедельник</u>	1010,00	22,98	29,25	186,18	1104,22		121,05



Сотпиқовна
директор



Директор ООО Бимбер Қазақстан
Сотпиқовна Сотпиқовна

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ пер.	Цена руб/кг
		Б	Ж	У			
День Завтрак 1: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Каша овсяная кашуца с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	472017м	20
Гуляш из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,27	2462017м	40
Микронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	2032017м	18
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хм/2022м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	7012010м	3,05
Итого за завтрак	620	23,87	23,08	90,20	663,65		96,05

Полдник

Каша молочная жидкая пшеница, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	1822017м	15
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-Эл/2022м	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	7012010м	2
Итого за Полдник	350	6,02	5,19	30,49	282,96		25
Всего за Вторник	970	29,89	28,27	120,69	946,61		121,05

Сотласованно:
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	Южная рубль
		Б	Ж	У			
День Завтрака I: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Завуеса на ошошей (игра кабинетская)	100	2,71	4,70	14,53	111,67	101/2004л	20
Котлеты мясокнупстие на Ц/Ф	100	9,30	6,10	5,90	116,00	ТТК-77-6 /2022	38
Каша раскнупатан, гречневая	180	9,95	10,74	44,84	315,00	171/2017м	20
Чай с лимоним	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022л	15
Хлеб пшеничный конированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	620	25,42	21,94	95,17	679,71		96,05

Полдник

Оладий с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2тн/2022л	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Среду	970,00	34,60	31,14	141,31	959,81		121,05

Сотрафояндо
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ пел.	Цена руб/кг
		Б	Ж	У			
День 4/исеги I: Четверг							
	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Завтрак							

Свежая отварная с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,30	92,80	522017м	20
Котлеты рыбные из П/Ф с соусом томатным 100/20	120	10,96	8,18	9,17	154,14	77-1/54-300/2022м	38
Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32	125/2017м	18
Какао с молоком	200	4,08	3,34	17,58	118,60	382/2017м	17
Хлеб пшеничный гидролизованный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	540	23,30	25,24	80,55	642,38		96,05
Ланч							
Макаронки отварные с сахаром	170	5,70	4,31	55,65	284,19	ТТК77-13/2022	15
Чай каркаде	180	0,14	0,07	6,50	27,19	2022м	10
Итого за Ланч	350	5,84	4,38	62,15	311,38		25
Всего за Четверг	890,00	29,14	29,62	142,70	953,76		121,05

Согласовано
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ пер.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
Дель Сискели I: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

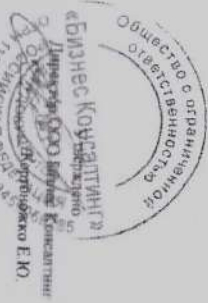
Завтрак

Консервы закусочные (сметанный горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,38	131/2017м	24
Шош на пшенице	230	16,72	17,78	39,33	384,57	291/2017м	53
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1км/2022м	15
Хлеб пшеничный недорозованный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,05
Итого за завтрак	570	23,21	18,34	84,25	595,47		96,05
Итого за неделю в среднем завтрак	602	22,70	21,39	91,75	631,18		

Ланч

Виточки манная с поливом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2км/2022м	7
Итого за Ланч	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Пятницу	920	28,47	29,24	161,84	1024,99		121,05
Итого за неделю в среднем обед	350,00	6,31	8,11	58,79	346,70		

Сотласованото
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ пер.	цена руб/кг
		Б	Ж	У			
День /исходя 2: Попельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	250	6,96	12,82	48,13	330,68	181/2017м	35
Вянички (оладьи) с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,54	399/2017м	28
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн/2022м	10
Хлеб пшеничный колированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	660	15,80	16,60	106,48	636,06		96,05

Полдник

Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022м	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Попельник	1010	24,98	25,80	152,62	916,16		121,05

Согласовано
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена в рубль
		Б	Ж	У			
День 2 / Завтрак 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,70	47/2017м	20
Птица тушеная в сметанном соусе с морковью	100	11,77	10,12	5,48	160,12	54-25м/2022м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	18
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-37м/2022м	15
Итого за завтрак	620	23,42	21,41	83,19	619,02		96,05

Полдник

Каша молочная жидкая пшеница, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	15
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-37м/2022м	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2
Итого за Полдник	350	6,02	5,19	30,49	282,96		25
Всего за Вторник	970	29,44	26,60	113,68	901,98		121,05

Сотрудники:
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ п/п	Цена руб/лн
		Б	Ж	У			
День: 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Салат отварной с маслом растительным	100	1,47	6,00	8,30	92,80	522017м	20
Колбасы печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	ТТК 77-4 /2022	40
Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32	1252017м	18
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	2022м	15
Хлеб пшеничный подоропашный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	7012010м	3,05
Итого за завтрак	625	21,25	26,57	71,25	608,85		96,05

Полдник

Макарона отварные с сахаром	170	5,70	4,31	55,65	284,19	ТТК 77-13 /2022	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2м/2022м	7
Итого за Полдник	350	5,88	4,31	64,99	322,29		25
Всего за Среду	975	27,13	30,88	136,24	931,14		121,05

Сотрудником
директор



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рев.	Цена руб/шт
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Каши молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	250	10,33	13,59	47,20	380,00	54-16w/2022н	35
Сыр порциан	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15/2017м	21
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	20
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382/2017м	17
Хлеб пшеничный копированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	600	20,29	20,88	93,90	675,12		96,05

Полдник

Биточки мясные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2тн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Четверг	950	25,55	31,78	171,49	1104,64		121,05

Сотрудник
директор

09.01.2015



Наименование блока	Вес блока	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рас.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

Завтрак

Консервант заквасочные (зеленый порошок)	100	2,83	0,16	5,8	36,38	131/2017м	24
Гречка по купечески	230	15,18	20,47	34,50	382,95	291/2017м	53
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,20	389/2017м	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,05
Итого за завтрак	570	22,17	21,03	79,82	597,05		96,05
Итого за неделю в среднем завтрак	615,00	20,59	21,30	86,93	627,22		

Полдник

Оладьи с мясом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2м/2022м	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Пятницу	920	31,35	30,23	125,96	877,15		121,05
Итого за неделю в среднем обеда	350,00	7,10	7,76	53,07	318,99		

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-97,75	544-680
Среднее значение на завтрак		21,65	21,34	89,34	639,20
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		14,05	25,20	23,33	25,50
Норма Полдника по СанПиН 10%- 15% ± 5%	350	9-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45	272-408
Среднее значение за полдник		6,71	7,94	55,93	332,85
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		7,45	8,63	14,60	12,24
Среднее значение за день		28,35	29,28	145,27	972,05
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		31,50	31,83	37,93	35,74
Полнорационность в пицевых единицах для обучающихся 12-18 лет по проекту СанПиН 2020					
Распределение ЭЦ		90,00	92,00	383,00	2720,00
	Завтрак		23,50	20-25%	
	Полдник		12,24	10-15%	

учреждениях под ред. М.П. Мотильного изд. Дени плюс, 2017 г
 организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "
 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.
 В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.