

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
<i>Среднее значение за завтрак</i>		18,69	17,60	76,78	541,87
<i>Выполнение СанПин 2.3/2.4.3590-20</i>		24,27	22,28	22,92	23,06
Норма Полдника по СанПин 10%- 15% ± 5%	300	7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,25	235-352,5
<i>Среднее значение за Полдник</i>		6,57	7,84	54,62	326,02
<i>Выполнение СанПин 2.3/2.4.3590-20</i>		8,53	9,92	16,30	13,87
<i>Среднее значение за день</i>		25,25	25,44	131,40	867,89
<i>Выполнение СанПин 2.3/2.4.3590-20</i>		32,80	32,20	39,22	36,93
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПин 2020</i>					
Распределение ЭЦ		77,00	79,00	335,00	2350,00
				Норма	
		Завтрак	23,06	20-25%	
		Полдник	13,87	10-15%	

учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. ДеЛи 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 макронутриентов.

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



МКОУ «Красносельцевская СШ»
 Н.М. Рыжова



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рублн
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	24
Гречка по купечески	200	13,20	17,80	30,00	333,00	458/2002г	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	500	19,06	18,30	73,02	532,82		96,05
Итого за неделю в среднем завтрак	543,00	17,78	17,95	77,85	545,93		
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	54-2гп/2022н	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Пятницу	850	28,24	27,50	119,16	812,92		121,05
Итого за неделю в среднем Полдник	346,00	6,96	7,66	51,76	312,17		



МКОУ «Красносельцевская СШ»
 Н.М. Рыжова



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	200	8,26	11,80	41,05	304,00	54-16к/2022н	35
Сыр порциями	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 йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	540	17,16	18,99	82,92	575,74		96,05

Полдник

Биточки манные 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	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Четверг	890	22,42	29,89	160,51	1005,26		121,05



«Красносельцевская СШ»
Н.М. Рыжова



Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	52/2017М	20
Котлеты печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	ТТК 77-4 /2022	40
Каша рисовая, рассыпчатая	150	3,70	4,80	36,50	203,50	171/2017М	18
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	2022Н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,05
Итого за завтрак	545	19,67	21,75	73,40	568,53		96,05

Полдник

Макаронные отварные с сахаром	150	5,00	3,80	49,10	250,06	ТТК 77-13 /2022	18
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022Н	7
Итого за Полдник	330	5,18	3,80	58,44	288,16		25
Всего за Среду	875	24,85	25,55	131,84	856,69		121,05



Согласовано: **МКОУ «Красносельцевская СШ»**
 Директор СШ: **Н.М. Рыжова**



Утверждено
 Директор ООО Бизнес-Консалтинг
Коротко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017М	20
Птицы тушеная в сметанном соусе с морковью	90	10,60	9,11	4,93	144,11	54-25М/2022Н	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017М	18
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,05
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гп/2022Н	15
Итого за завтрак	530	19,42	17,31	67,87	505,99		96,05
Полдник							
Каша молочная жидкая пшенная, 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	54-3гп/2022Н	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	880	25,44	22,50	98,36	788,95		121,05



Согласовано:
 директор
 МКОУ «Красносельцевская СШ»
 Н.М. Рыжова



Утверждено
 директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ респ.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
Завтрак							
День 1/неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	5,55	9,74	38,50	264,55	181/2017м	35
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/2022гн	10
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	600	13,60	13,42	92,02	546,55		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/2022гн	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Понедельник	950	22,78	22,62	138,16	826,65		121,05



Согласовано МКОУ «Красносельцевская СШ»
 директор Н.М. Рыжова



Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
Завтрак							
Консервы закусовые (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017М	24
Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017М	53
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010М	4,05
Итого за завтрак	500	19,90	15,96	76,82	531,03		96,05
Итого за неделю в среднем завтрак	530	19,59	17,25	75,71	537,81		
Полдник							
Биточки манные 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	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		25
Всего за Пятницу	850	25,16	26,86	154,41	960,55		121,05
Итого за неделю в среднем обед	346,00	6,17	8,01	57,48	339,87		



Согласовано: МКОУ «Красносельцевская СШ»
 директор Н.М. Рыжова
 09.01.25



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Е.Ю. Короткожко

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
Завтрак							
Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,60	4,96	55,68	52/2017М	20
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	229/2017М	40
Каша ячневая с овощами	150	4,38	6,58	23,93	171,60	54-28к/2022н	18
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,05
Итого за завтрак	470	20,22	19,46	56,86	483,60		96,05
Полдник							
Макаронны отварные с сахаром	150	5,00	3,80	49,10	250,06	ТТК 77-13 /2022	15
Чай каркаде	180	0,14	0,07	6,50	27,19	54-45гн/2022н	10
Итого за Полдник	330	5,14	3,87	55,60	277,25		25
Всего за Четверг	800,00	25,36	23,33	112,46	760,85		121,05



Согласовано: 09.01.2022
 директор: [Signature] И.М. Рыжова



Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Кортонойко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
Завтрак							
Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,00	101/2004л	20
Котлеты мяскапустные из П/Ф	100	9,30	6,10	5,90	116,00	ГТК 77-6 /2022	38
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	20
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,05
Итого за завтрак	540	21,63	15,52	75,69	530,36		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/2022н	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		25
Всего за Среду	890,00	30,81	24,72	121,83	810,46		121,05



Согласовано:
 директор МКОУ «Красносельцевская СШ»
 Н.М. Рыжова



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
День 2/неделя 1: Вторник							
Завтрак							
Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,42	47/2017М	20
Гуляши из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017М	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017М	18
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	15
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,05
Итого за завтрак	540	21,04	19,99	75,43	566,63		96,05
Полдник							
Каша молочная жидкая пшениная, 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	54-3гн/2022н	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	890	27,06	25,18	105,92	849,59		121,05



«Красносельцевская СШ»

Н.М. Рыжова



«Бизнес Консалтинг»
Директор ООО Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет) ОВЗ (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.:Дели плюс, 2017. - 544с.

- М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.
«Обитания».

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) 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.