

ПРИКАЗ

«28» 08 2025 г.

№ 304

Об организации горячего питания обучающихся МКОУ СОШ № 2 г. Суrowsикино в 2025-2026 учебном году

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"», приказом Комитета по образованию и науки Волгоградской области от 01.09.2016г. № 93 «Об утверждении порядка предоставления обучающимся по очной форме обучения в муниципальных общеобразовательных организациях Волгоградской области в виде частичной компенсации стоимости горячего питания, предусматривающего наличие горячего блюда, не считая горячего напитка, не менее одного раза в день», а также в соответствии со статьей 46 Социального кодекса Волгоградской области от 31 декабря 2015 г. № 246-ОД и Положением об организации питания учащихся МКОУ СОШ № 2 г. Суrowsикино, в целях сохранения и укрепления здоровья обучающихся

п р и к а з ы в а ю:

1. Организовать в МКОУ СОШ №2 г. Суrowsикино бесплатное горячее питание в 2025-2026 учебном году за счет средств бюджетов разных уровней следующих категорий обучающихся:

- учащиеся 1-4 классов МКОУ СОШ №2 г. Суrowsикино.
- дети из малоимущих семей, имеющих среднедушевой доход, не превышающий величину прожиточного минимума на душу населения в Волгоградской области;
 - дети из многодетных семей;
 - дети, состоящие на учете у фтизиатра, вне зависимости от среднедушевого дохода семьи ребенка;
 - дети из семей лиц, признанных беженцами на территории Российской Федерации, или получивших временное убежище на территории Российской Федерации, или признанных вынужденными переселенцами;
 - дети из семей лиц, пострадавших в результате чрезвычайных ситуаций природного или техногенного характера;
 - дети из семей граждан, призванных на военную службу по частичной мобилизации в Вооруженные Силы Российской Федерации в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21 сентября 2022 г. N 647 "Об объявлении частичной мобилизации в Российской Федерации", граждан, проходящих военную службу в Вооруженных Силах Российской Федерации по контракту или находящихся на военной службе (службе) в войсках национальной гвардии Российской Федерации, в воинских формированиях и

органах, указанных в пункте 6 статьи 1 Федерального закона от 31 мая 1996 г. N 61-ФЗ "Об обороне", принимающих участие в специальной военной операции на территориях Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и Украины, граждан, заключивших контракт о добровольном содействии в выполнении задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации, и принимающих участие в специальной военной операции на территориях Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и Украины, а также граждан из числа указанных в настоящем абзаце, которые погибли (умерли) при участии в специальной военной операции на территории Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и Украины либо умерли до истечения одного года со дня их увольнения с военной службы (службы), исключения из добровольческого формирования вследствие увечья (ранения, травмы, контузии) или заболевания, полученных ими при участии в специальной военной операции;

- дети с ограниченными возможностями здоровья, прошедшие ПМПК

2. Предоставить горячее питание учащимся, в соответствии с решением Комиссии о предоставлении бесплатного горячего питания. Оформить данное решение Протоколом и утвердить приказом.

3. Утвердить:

- Стоимость оказания услуг по организации бесплатного горячего питания в день (120,00 рублей и 132,73 рублей, в соответствии с заключенным контрактом)
- 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 (Приложение 1);
- 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 (Приложение 2);
- 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет (Приложение 3)
- 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет (Приложение 4)
- Меню дополнительного питания (витаминизации) обучающихся (Приложение 5);
- график горячего питания обучающихся в МКОУ СОШ №2 г. Суровикино (Приложение 6);
- график горячего питания в МКОУ СОШ №2 г. Суровикино для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. (Приложение 7).

4. Ответственному за организацию питания Беленковой Наталье Алексеевне:

- обеспечить прием пакетов документов от родителей (законных представителей) учащихся о предоставлении бесплатного горячего питания;
- организовать в течении учебного года заседания Комиссии по предоставлению бесплатного горячего питания;
- сформировать списки обучающихся, чьи родители (законные представители) подали документы на предоставление горячего питания обучающимся, и предоставить их классным руководителям;
- закрепить за каждым классом в столовой обеденные столы и довести эти сведения до классных руководителей;
- ежемесячно до 5 числа следующего за отчетным периодом сдавать в МКУ ЦБ отчеты по питанию.

5. Классным руководителям 1–11-х классов:

- проводить разъяснительные беседы с обучающимися, их родителями (законными представителями) о навыках и культуре здорового питания;
- ежедневно предоставлять на пищеблок предварительную заявку с количеством обучающихся, которым требуется горячее питание на следующий учебный день;
- вести ежедневный табель учета приемов горячей пищи обучающимися;

- ежемесячно (в последний день отчетного месяца) предоставлять ответственному за организацию питания данные о количестве фактически полученных обучающимися приемов горячей пищи.
6. Гориной С.В. своевременно размещать на официальном сайте школы необходимую информацию о горячем питании (Приказы, ежедневное меню и др.).
 7. Секретарю школы Димитриченко С. Н. ознакомить с приказом классных руководителей
 8. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой

Директор МКОУ СОШ №2 г. Суrowsикино



Серебрякова Е. А..

С приказом ознакомлены:

 Беленкова Н. А.

 Горина С. В.

 Димитриченко С. Н.

Приложение №1

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302 | 200 | 7,13 | 9,20 | 34,40 | 210,20 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 20,04 | 20,36 | 83,09 | 574,13 | | |

2 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 | 60/2 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | 2 | |
| ТЕФЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 90/30 | 10,90 | 10,90 | 13,50 | 205,60 | 307/363 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | 303 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 582 | 19,12 | 16,00 | 71,95 | 512,90 | | |

3 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 60 | 0,6 | 0,0 | 1,4 | 8,0 | 27 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 | 200 | 15,10 | 18,00 | 30,20 | 345,80 | 492 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 19,13 | 18,50 | 68,23 | 519,20 | | |

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|--------------------|------------------|------------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ГУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106) | 90 | 9,1/11,60 | 11,6/11,80 | 10,9/13,0 | 142,3/159,00 | 229/106 | 2017 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 160 | 3,04 | 4,50 | 24,55 | 151,40 | 310 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 16,39/18,89 | 16,6/16,8 | 71,8/73,9 | 470,03/486,73 | | |

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160 | 10,86 | 11,92 | 27,76 | 206,00 | 175 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/20 | 5,00 | 4,40 | 25,20 | 156,00 | 2 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 16,66 | 16,92 | 82,26 | 488,40 | | |

6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 160 | 7,20 | 8,70 | 33,81 | 211,64 | 181 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 16,76 | 19,96 | 75,65 | 527,64 | | |

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88 | 60 | 0,90 | 4,30 | 3,75 | 57,70 | 3/88 | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30 | 9,00 | 8,70 | 20,20 | 205,60 | 455/363 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | 303 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 16,56 | 17,80 | 72,16 | 526,50 | | |

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1 | 60 | 0,41 | 0,1 | 0,84 | 5,0 | 1 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259 | 200 | 11,92 | 18,10 | 45,30 | 305,00 | 259 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 16,48 | 18,7 | 82,29 | 484,3 | | |

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 90/30 | 11,30 | 12,10 | 14,60 | 205,60 | 294/363 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | 3,70 | 5,70 | 28,20 | 195,70 | 203 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 17,67 | 18,10 | 72,49 | 532,20 | | |

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 200/30 | 10,9 | 15,3 | 38,8 | 256,9 | 154 | |
| ПЕЧЕНЬЕ №9 | 30 | 3,80 | 4,10 | 14,00 | 90,50 | 9 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 18,85 | 19,90 | 83,15 | 505,73 | | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | б | ж | уг | ккал |
|------------------------------------|---------------------|----------------------|----------------------|------------------------|
| Итого за период | 177,6/180,16 | 182,79/182,99 | 763,07/765,17 | 5141,06/5157,76 |
| Среднее значение за период | 17,7/18,0 | 18,2/18,2 | 76,3/76,5 | 514,1/515,7 |
| Соотношение пищевых веществ | 1 | 1 | 4 | |

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 543с.

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД 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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели принт, 2011. - 584с.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

| 1 день | | | | | | | | | | |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|--|--|--|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур | | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302 | 250 | 8,90 | 11,50 | 43,00 | 262,75 | ТТК №302 | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 | | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | | | | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 21,81 | 22,66 | 91,69 | 626,68 | | | | | |
| 2 день | | | | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур | | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 | 100/2 | 1,5 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 2 | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 100/30 | 12,70 | 12,90 | 15,50 | 227,30 | 307/363 | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 | 303 | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | | | | |
| Итого за прием пищи: | 642 | 22,4 | 18,4 | 86,9 | 570,8 | | | | | |
| 3 день | | | | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур | | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 18,0 | 27 | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 | 220 | 16,50 | 22,44 | 38,70 | 432,25 | 492 | | | | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | | | | |
| Итого за прием пищи: | 570 | 21,03 | 22,94 | 77,63 | 615,65 | | | | | |

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

| 4 день | | | | | | | | | | |
|--|--------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------------------|--------------|------------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов | | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106) | 100 | 10,2/12,9 | 12,9/13,10 | 13,3/14,4 | 175,00/176,60 | 229/106 | 2017 | | | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 200 | 3,80 | 5,74 | 30,68 | 192,80 | 310 | 2017 | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | | | | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 18,25/20,95 | 19,14/19,34 | 80,33/81,43 | 544,13/545,73 | | | | | |
| 5 день | | | | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов | | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180 | 13,60 | 13,90 | 31,25 | 270,00 | 175 | | | | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/20 | 5,00 | 4,40 | 25,20 | 156,00 | 2 | 2017 | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 | | | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 19,40 | 18,90 | 85,75 | 552,40 | | | | | |
| 6 день | | | | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов | | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180 | 9,50 | 9,20 | 35,66 | 238,06 | 181 | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 | | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 | | | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 19,06 | 20,46 | 77,50 | 554,06 | | | | | |

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88 | 100 | 1,80 | 8,60 | 7,50 | 115,40 | 3/88 | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30 | 10,90 | 9,80 | 22,40 | 210,60 | 455/363 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 | 303 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 620 | 20,27 | 23,60 | 87,69 | 609,14 | | |

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 100 | 0,5 | 0,1 | 1,01 | 6,0 | 1 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259 | 250 | 14,30 | 20,50 | 53,40 | 406,00 | 259 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 18,95 | 21,06 | 90,56 | 586,33 | | |

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 100/30 | 12,20 | 14,80 | 15,40 | 220,80 | 294/363 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 170 | 4,19 | 6,50 | 32,00 | 221,80 | 203 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 20,64 | 21,80 | 83,75 | 618,93 | | |

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 250/30 | 12,5 | 16,6 | 48,5 | 321,1 | 154 | |
| ПЕЧЕНЬЕ №9 | 30 | 3,80 | 4,10 | 14,00 | 90,50 | 9 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 20,45 | 21,2 | 92,85 | 569,93 | | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | б | ж | уг | ккал |
|-----------------------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| Итого за период | 202,29/204/99 | 210,06/210,26 | 854,68/855,78 | 5848,09/5849,69 |
| Среднее значение за период | 20,2/20,4 | 21,0/21,0 | 85,4/85,5 | 584,8/584,9 |
| 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, 2017. - 543с.

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 НЦЗД 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 блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Приложение №3

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

1 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 ТТК №302 | 200 | 7,13 | 9,20 | 34,40 | 210,20 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 20,04 | 20,36 | 83,09 | 574,13 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,20 | 9,50 | 47,50 | 286,50 | | |

2 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 | 60/2 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | 2 | |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 90/30 | 10,90 | 10,90 | 13,50 | 205,60 | 307/363 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | 303 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 582 | 19,12 | 16,00 | 71,95 | 512,90 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 11,46 | 11,46 | 48,14 | 319,40 | | |

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

3 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) №27 | 60 | 0,6 | 0,0 | 1,4 | 8,0 | 27 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №492 | 200 | 15,10 | 18,00 | 30,20 | 345,80 | 492 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | 0 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 19,13 | 18,50 | 68,23 | 519,20 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140 | 100 | 8,80 | 9,60 | 33,70 | 226,90 | 140 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,00 | 9,60 | 48,70 | 284,90 | | |

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|--------------------|------------------|------------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106) | 90 | 9,1/1,60 | 11,6/11,80 | 10,9/13,0 | 142,3/159,00 | 229/106 | 2017 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 160 | 3,04 | 4,50 | 24,55 | 151,40 | 310 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 16,39/18,89 | 16,6/16,8 | 71,8/73,9 | 470,03/486,73 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 51 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,20 | 9,50 | 47,50 | 286,50 | | |

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

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160 | 10,86 | 11,92 | 27,76 | 206,00 | 175 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/20 | 5,00 | 4,40 | 25,20 | 156,00 | 2 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 16,66 | 16,92 | 82,26 | 488,40 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| КРУАССАН №147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 8,60 | 8,80 | 48,20 | 285,20 | | |

6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 160 | 7,20 | 8,70 | 33,81 | 211,64 | 181 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 16,76 | 19,96 | 75,65 | 527,64 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140 | 100 | 8,80 | 9,60 | 33,70 | 226,90 | 140 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,00 | 9,60 | 48,70 | 284,90 | | |

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

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88) | 60 | 0,90 | 4,30 | 3,75 | 57,70 | 3/88 | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30 | 9,00 | 8,70 | 20,20 | 205,60 | 455/363 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | 303 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 16,56 | 17,80 | 72,16 | 526,50 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,10 | 9,50 | 46,50 | 278,10 | | |

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1 | 60 | 0,41 | 0,1 | 0,84 | 5,0 | 1 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259 | 200 | 11,92 | 18,10 | 45,30 | 305,00 | 259 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 16,48 | 18,7 | 82,29 | 484,3 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 8,50 | 8,80 | 41,40 | 260,80 | | |

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

9 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 С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 90/30 | 11,30 | 12,10 | 14,60 | 205,60 | 294/363 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | 3,70 | 5,70 | 28,20 | 195,70 | 203 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 17,67 | 18,10 | 72,49 | 532,20 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140 | 100 | 8,80 | 9,60 | 33,70 | 226,90 | 140 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) | 200 | 0,20 | 0,20 | 16,50 | 112,70 | 389 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,00 | 9,80 | 50,20 | 339,60 | | |

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 200/30 | 10,9 | 15,3 | 38,8 | 256,9 | 154 | |
| ПЕЧЕНЬЕ №9 | 30 | 3,80 | 4,10 | 14,00 | 90,50 | 9 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 18,85 | 19,90 | 83,15 | 505,73 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,20 | 9,50 | 47,50 | 286,50 | | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

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

| Итого | б | ж | уг | ккал |
|-----------------------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|
| Итого за период | 269,92/272,42 | 278,85/279,05 | 1237,41/1239,51 | 8053,46/8070,16 |
| Среднее значение за период | 26,9/27,2 | 27,8/27,9 | 123,7/123,9 | 805,3/807,0 |
| Соотношение пищевых веществ | 1 | 1 | 4 | |

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 543с.

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций: Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД 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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Приложение №4

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

| 1 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 ТТК №302 | 250 | 8,90 | 11,50 | 43,00 | 262,75 | ТТК №302 | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | | | 2017 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | | | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 21,81 | 22,66 | 91,69 | 626,68 | | | | |
| Завтрак II | | | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | | | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 250 | 0,50 | 0,00 | 20,00 | 98,00 | 53 | | | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,40 | 9,50 | 51,50 | 318,10 | | | | |
| 2 день | | | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 | 100/2 | 1,5 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 2 | | | |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 100/30 | 12,70 | 12,90 | 15,50 | 227,30 | 307/363 | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 | 303 | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | | | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | | | |
| Итого за прием пищи: | 642 | 22,4 | 18,4 | 86,9 | 570,8 | | | | |
| Завтрак II | | | | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 | | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 250 | 4,35 | 4,00 | 23,40 | 150,10 | 379 | | | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 12,65 | 12,80 | 55,60 | 368,90 | | | | |

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

| 3 день | | | | | | | | | |
|---|--------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------------------|------------|------------------|--|--|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 18,0 | 27 | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 | 220 | 16,50 | 22,44 | 38,70 | 432,25 | 492 | | | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | | | |
| Итого за прием пищи: | 570 | 21,03 | 22,94 | 77,63 | 615,65 | | | | |
| Завтрак II | | | | | | | | | |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140 | 100 | 8,80 | 9,60 | 33,70 | 226,90 | 140 | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 250 | 0,30 | 0,00 | 22,00 | 73,00 | 685 | 2011 | | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,10 | 9,60 | 55,70 | 299,90 | | | | |
| 4 день | | | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур | | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106) | 100 | 10,2/12,9 | 12,9/13,10 | 13,3/14,40 | 175,00/176,6 | 229/106 | 2017 | | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 200 | 3,80 | 5,74 | 30,68 | 192,80 | 310 | 2017 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | | | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 18,25/20,95 | 19,14/19,34 | 80,33/81,43 | 544,13/545,73 | | | | |
| Завтрак II | | | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51 | 250 | 0,38 | 0,00 | 20,00 | 83,00 | 51 | | | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,28 | 9,50 | 51,50 | 303,10 | | | | |

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

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180 | 13,60 | 13,90 | 31,25 | 270,00 | 175 | 2017 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/20 | 5,00 | 4,40 | 25,20 | 156,00 | 2 | 2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2017 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 19,40 | 18,90 | 85,75 | 552,40 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 250 | 0,50 | 0,00 | 20,00 | 98,00 | 53 | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 8,80 | 8,80 | 52,20 | 316,80 | | |

6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180 | 9,50 | 9,20 | 35,66 | 238,06 | 181 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | 5,80 | 8,00 | 11,60 | 147,00 | 3 | 2017 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | 550 | 19,06 | 20,46 | 77,50 | 554,06 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140 | 100 | 8,80 | 9,60 | 33,70 | 226,90 | 140 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 250 | 0,30 | 0,00 | 22,00 | 73,00 | 685 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,10 | 9,60 | 55,70 | 299,90 | | |

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

| 7 день | | | | | | | |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88) | 100 | 1,80 | 8,60 | 7,50 | 115,40 | 3/88 | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30 | 10,90 | 9,80 | 22,40 | 210,60 | 455/363 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 | 303 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 620 | 20,27 | 23,60 | 87,69 | 609,14 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 250 | 0,30 | 0,00 | 22,00 | 73,00 | 685 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,20 | 9,50 | 53,50 | 293,10 | | |
| 8 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 100 | 0,5 | 0,1 | 1,01 | 6,0 | 1 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259 | 250 | 14,30 | 20,50 | 53,40 | 406,00 | 259 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 18,95 | 21,06 | 90,56 | 586,33 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 250 | 0,30 | 0,00 | 13,50 | 60,50 | 685К | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 8,60 | 8,80 | 45,70 | 279,30 | | |

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

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 100/30 | 12,20 | 14,80 | 15,40 | 220,80 | 294/363 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 170 | 4,19 | 6,50 | 32,00 | 221,80 | 203 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 20,64 | 21,80 | 83,75 | 618,93 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140 | 100 | 8,80 | 9,60 | 33,70 | 226,90 | 140 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) | 250 | 0,25 | 0,25 | 20,62 | 160,00 | 389 | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,05 | 9,85 | 54,32 | 386,90 | | |

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 250/30 | 12,5 | 16,6 | 48,5 | 321,1 | 154 | |
| ПЕЧЕНЬЕ №9 | 30 | 3,80 | 4,10 | 14,00 | 90,50 | 9 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 | 685К | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 20,45 | 21,2 | 92,85 | 569,93 | | |
| Завтрак II | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 250 | 0,50 | 0,00 | 20,00 | 98,00 | 53 | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,40 | 9,50 | 51,50 | 318,10 | | |

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

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | б | ж | уг | ккал |
|-----------------------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| Итого за период | 296,87/299,57 | 307,61/307,81 | 1381,90/1383,0 | 9032,19/9033,79 |
| Среднее значение за период | 29,6/29,9 | 30,8/30,8 | 138,1/138,3 | 903,2/903,3 |
| Соотношение пищевых веществ | 1 | 1 | 4 | |

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 543с.

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

Сборник рецептов 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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Приложение №5

Меню дополнительного питания (витаминизации) обучающихся МОУ

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 300 | 7,06 | 27,99 | 91,92 | 648,45 | |

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Фрукты свежие | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 500 | 10,8 | 27,10 | 133,20 | 668,30 | |

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Фрукты свежие | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 520 | 8,10 | 25,90 | 91,90 | 667,20 | |

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 350 | 16,60 | 38,60 | 142,30 | 988,40 | |

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 50 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Фрукты свежие | 150 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 500 | 9,20 | 29,10 | 80,20 | 623,30 | |

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 400 | 17,00 | 38,20 | 147,60 | 1 003,50 | |

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Фрукты свежие | 200 | | | | | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 500 | 10,8 | 27,10 | 133,20 | 668,30 | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | б | ж | уг | ккал |
|----------------------------|------|-------|-------|---------|
| Итого за период | 79,6 | 214,0 | 820,3 | 5 267,5 |
| Среднее значение за период | 11,4 | 30,6 | 117,2 | 752,5 |

Меню дополнительного питания (витаминизации) обучающихся

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|---------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | 6,30 | 6,80 | 32,20 | 218,80 | Сборник рецептур или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | 0,20 | 0,20 | 18,00 | 112,70 | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 300,00 | 6,50 | 7,00 | 50,20 | 331,50 | |

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | 6,30 | 6,80 | 32,20 | 218,80 | Сборник рецептур или ТТК |
| Фрукты свежие | 200 | 0,90 | 0,90 | 19,00 | 91,20 | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 300 | 7,2 | 7,70 | 51,20 | 310,00 | |

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 100 | 6,30 | 6,80 | 32,20 | 218,80 | Сборник рецептур или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | 0,20 | 0,20 | 18,00 | 112,70 | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 300 | 6,50 | 7,00 | 50,20 | 331,50 | |

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 150 | 6,30 | 6,80 | 32,20 | 218,80 | Сборник рецептур или ТТК |
| Фрукты свежие | 150 | 0,68 | 0,68 | 14,30 | 68,40 | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 300 | 6,98 | 7,48 | 46,50 | 287,20 | |

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Кондитерские изделия | 150 | 6,30 | 6,80 | 32,20 | 218,80 | Сборник рецептур или ТТК |
| Сок яблочный | 200 | 0,20 | 0,20 | 18,00 | 112,70 | Сборник рецептур или ТТК |
| Итого за прием пищи: | 350 | 6,50 | 7,00 | 50,20 | 331,50 | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| | | | | |
|-----------------------------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Итого | б | ж | уг | ккал |
| Итого за период | 33,7 | 36,2 | 248,3 | 1 591,7 |
| Среднее значение за период | 6,7 | 7,2 | 49,7 | 318,3 |

График горячего питания обучающихся в МКОУ СОШ №2 г. Сувоикино

| Класс | Ответственный | Время приема пищи |
|-------|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 1а | Минаева Оксана Владимировна | После 1 урока с 8.40 до 8.55 |
| 1б | Сурменко Марина Владимировна | |
| 1в | Корнева Екатерина Александровна | |
| 2а | Дмитриева Анастасия Александровна | После 2 урока с 9.35 до 9.50 |
| 2б | Давиденко Ирина Викторовна | |
| 2в | Нургалиева Анастасия Сергеевна | |
| 3а | Березина Ирина Васильевна | После 3 урока с 10.30 до 10.50 |
| 3б | Мельникова Евгения Сергеевна | |
| 3в | Сухорукова Светлана Александровна | |
| 4а | Рощина Наталия Алексеевна | После 4 урока с 11.30 до 11.50 |
| 4б | Кислякова Елена Викторовна | |
| 4в | Фатеева Татьяна Анатольевна | |
| 4г | Бойко Ульяна Романовна | После 5 урока с 12.30 до 12.45 |
| 5а | Толстолицкая Екатерина Вячеславовна | |
| 5б | Атаева Пятимат Рамзановна | |
| 5в | Севостьянова Людмила Васильевна | После 3 урока с 10.30 до 10.50 |
| 5г | Иванова Светлана Сергеевна | |
| 6а | Соловьев Виктор Николаевич | |
| 6б | Александрова Людмила Ивановна | После 2 урока с 9.35 до 9.50 |
| 6в | Калиева Айслу Хамидуловна | |
| 7а | Бельская Ирина Николаевна | |
| 7б | Короткова Елена Евгеньевна | После 1 урока с 8.40 до 8.55 |
| 7в | Ореховатский Аркадий Викторович | |
| 8а | Соловьева Ирина Тимофеевна | |
| 8б | Бирюкова Оксана Александровна | После 2 урока с 9.35 до 9.50 |
| 8в | Бузулицкая Ольга Викторовна | |
| 8г | Шулташева Любовь Елемесовна | |
| 8д | Гринько Мария Николаевна | После 3 урока с 10.30 до 10.50 |
| 9а | Зазернова Ольга Николаевна | |
| 9б | Еременко Тамара Александровна | |
| 9в | Лебедева Марина Петровна | После 4 урока с 11.30 до 11.50 |
| 9г | Колушкина Оксана Павловна | |
| 10а | Конорева Елена Николаевна | |
| 11а | Абдулалиева Айгуль Байрамбековна | После 5 урока с 12.30 до 12.45 |
| 11б | Иванова Татьяна Валерьевна | |

График горячего питания в МКОУ МОШ №2 г. Суравикино для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

| Класс | Ответственный | Время приема пищи |
|-------------|---|---|
| 1-11 классы | Социальный педагог, классные руководители | Завтрак после 1 урока с 8.40 до 8.55 |
| 1-4 классы | Социальный педагог, классные руководители | Полдник после 3 урока с 10.30 до 10.50 |
| 5-11 классы | Социальный педагог, классные руководители | Полдник после 4 урока с 11.30 до 11.50 |