

Согласовано:



Юдина Е.В.

Утверждаю:

и.о. директора



Шундеев В.В.

“ 23 ” 07 2025г

МЕНЮ
для организованного питания
учащихся с ограниченными
возможностями здоровья,
отдельных классов для детей
с ОВЗ, детей-инвалидов
с 7 до 11 лет
1 смена

1 неделя													
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C		
понедельник													
Обед													
суп карт.с рыбными консервами	200	4,0	4,0	15,00	111,0	539,0	541,0	24,0	1,0	0,0	18,0	131/96	
фрикадельки из свинины в соусе	105	7,0	19,0	12,0	249,0	9517,0	70,0	110,0	1,0	0,0	2,0	481/97	
картофель отварной	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1204,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	470/96	
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	1,0	0,0	0,0	0,0	773	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35.01тк	
итого	705	18,0	30,0	97,0	753,0	11423,0	1541,0	170,0	3,0	0,0	50,0		
вторник													
Обед													
борщ с капустой и картофелем	200	1,00	3,00	10,00	78,00	480,00	254,00	33,00	1,00	0,00	16,00	110/4	
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00	
зразы рубленные из свинины	90	10,00	26,00	14,00	337,00	620,00	251,00	43,00	2,00	0,00	3,00	175.17	
капуста тушеная	150	4,0	5,0	15,0	116,0	606,00	369,00	93,00	1,00	0,00	80,00	482/96	
напиток лимонный	200	0,00	0,00	24,00	96,00	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312.01	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35.0	
итого	700	20,00	38,00	92,00	797,00	2077,0	1053,0	205,0	6,0	0,0	105,0		
среда													
Обед													
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	479,0	374,0	30,0	2,0	0,0	0,0	139/4	
котлета семейная из свинины	90	10,0	22,0	11,0	289,0	588,0	440,0	65,0	4,0	0,0	0,0	465/96	
рис припущенный	150	2,0	9,0	21,0	174,0	2,0	26,0	1,0	0,0	0,0	0,0	466/96	
масло сливочное	10	0,0	8,0	0,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97	
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312	
батон оздоровительный	50	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06	
итого	700	22,0	45,0	110,0	938,0	1073,0	956,0	118,0	7,0	0,0	13,0		
четверг													
Обед													
суп крестьянский с рисом	200	2,00	4,00	9,00	74,00	503,00	293,00	24,00	1,00	0,00	17,00	132/96	
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00	
щицель рубленный из свинины	90	12,00	28,00	16,00	364,00	635,00	254,00	41,00	2,00	0,00	0,00	416/96	
пюре гороховое по-домашнему	150	14,00	6,00	31,00	233,00	1178,00	440,00	65,00	4,00	1,00	0,00	284.	
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,00	265,00	25,00	1,00	0,00	1,00	651/96	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35.0	
итого	700	34,00	42,00	113,00	957,00	2688,0	1404,0	184,0	9,0	1,0	18,0		
пятница													
Обед													
рассольник ленинградский с перловой крупой	200	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96	
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00	
котлета московская (К)	90	14,00	17,00	12,00	254,00	636,0	191,0	18,0	1,0	0,0	1,0	379.14	
каша гречневая рассыпчатая	150	6,00	10,00	28,00	222,00	583,00	170,00	17,00	3,00	0,00	0,00	297/4	
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	312.01	
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,0	25,0	4,0	0,0	0,0	0,0	35.0	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
итого	700	27,0	35,0	110,0	858,0	2363,0	1026,0	97,0	7,0	0,0	18,0		
суббота													
обед													
суп из овощей	200	2,0	4,0	9,0	74,0	503,0	293,0	24,0	1,0	0,0	17,0	132/96	
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00	
зразы рубленные из свинины	90	10,0	26,0	14,0	337,0	620,0	251,0	43,0	2,0	0,0	3,0	175.17	
картофель отварной	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1204,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	470/96	
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35.01тк	
итого	700	22,0	39,0	99,0	895,0	2494,0	1460,0	111,0	4,0	0,0	50,0		
итого за 6 дней					5198,0								
среднее значение за период					866,3								

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецепту
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
2 неделя												
понедельник												
Обед												
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,00	118,0	479,0	374,0	30,0	2,0	0,0	0,0	13
котлета особая (с)	90	9,0	19,0	17,0	273,0	545,0	174,0	19,0	1,0	0,0	1,0	389
вермишель отварная	150	5,00	5,00	36,00	211,00	1008,00	64,00	20,00	1,00	0,00	0,00	273
масло сливочное	10	0,00	8,00	0,00	75,00	1,00	2,00	1,00	0,00	0,00	0,00	22
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,00	265,00	25,00	1,00	0,00	1,00	651
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35,01
итого	700	24,0	38,0	123,0	931,0	2199,0	929,0	103,0	5,0	0,0	2,0	
вторник												
Обед												
борщ с капустой и картофелем	200	1,00	3,00	10,00	78,00	480,00	254,00	33,00	1,00	0,00	16,00	11
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629
зразы ленивые (с)	90	10,00	25,00	14,00	324,00	621,00	254,00	44,00	2,00	0,00	3,00	300
капуста тушеная	150	4,00	5,00	15,00	116,00	606,00	369,00	93,00	1,00	0,00	80,00	482
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	1
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	2
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	3
итого	700	22,0	37,00	95,0	799,0	2083,0	1099,0	203,0	7,0	0,0	103,0	
среда												
Обед												
суп из овощей	200	2,0	4,0	9,0	74,0	503,0	293,0	24,0	1,0	0,0	17,0	132
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629
тефтели из свинины в соусе	110	8,0	19,0	13,0	253,0	1004,0	96,0	35,0	0,0	0,0	3,0	422
рис отварной	150	14,0	6,0	31,0	223,0	588,0	440,0	65,0	4,0	0,0	0,0	465
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	3
батон оздоровительный	50	4,0	1,0	24,0	121,0	234,0	47,0	8,0	0,0	0,0	0,0	882
итого	720	28,0	32,0	103,0	787,0	2336,0	932,0	149,0	5,0	0,0	33,0	
четверг												
Обед												
щи из свежей капусты и картофеля	200	1,00	4,00	7,00	85,00	478,00	238,00	33,00	1,00	0,00	24,00	120
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629
мясные ежики (с)	90	10,0	29,0	12,0	350,0	504,0	225,0	18,0	1,0	0,0	3,0	377
картофель отварной	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1204,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	470
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	2
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	3
итого	700	19,0	42,0	96,0	860,0	2557,0	1495,0	114,0	5,0	0,0	63,0	
пятница												
Обед												
рассольник ленинградский с перловой крупой	200	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629
биточек рубленый из птицы	90	20,00	7,00	16,00	207,00	597,0	66,0	38,0	1,0	0,0	0,0	49
рожки отварные	150	4,00	6,00	39,00	229,00	1008,00	55,00	11,00	1,00	0,00	0,00	273
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,0	32,0	16,0	0,0	0,0	0,0	702
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	2
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	3
итого	700	31,0	21,0	129,0	831,0	2771,0	791,0	120,0	5,0	0,0	17,0	
суббота												
Обед												
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	200	3,0	3,0	21,0	124,0	606,0	476,0	23,0	1,0	0,0	17,0	14
котлета домашняя (с)	90	11,0	28,0	11,0	339,0	623,0	213,0	14,0	1,0	0,0	0,0	379
вермишель отварная	150	5,0	5,0	36,0	211,0	1008,0	64,0	20,0	1,0	0,0	0,0	273
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	58
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02
итого	715	28,0	38,0	134,0	1051,0	2471,0	828,0	70,0	4,0	0,0	17,0	
итого за 6 дней					5259,0							
среднее значение за период					876,5							

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.