

Согласовано:
Е.А. Владимиров

Е.А. Владимиров

Утверждаю:

начальник КШП

МКУ "КП и СП"

В.В. Шуплецов
Шуплецов В.В.

"29" 03 2024г

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

меню овз(кро, нуар) 1 смена обед 77-55
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	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
итого	730	20,0	30,0	111,0	821,0	11494,0	1565,0	175,0	4,0	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
котлета рубленая из говядины	90	15,00	17,00	16,00	280,00	640,00	282,00	42,00	2,00	0,00	0,00	451/4
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	2,00	27,00	7,00	0,00	0,00	6,00	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	25,00	29,00	94,00	740,00	2097,0	1084,0	204,0	6,0	0,0	102,0	
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
шницель рубленый из говядины L	90	14,0	16,0	264,0	636,0	268,0	44,0	2,0	4,0	0,0	0,0	283.31
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	26,0	39,0	363,0	1285,0	1103,0	560,0	55,0	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
мясные ёжики из говядины	90	12,00	19,00	12,00	271,00	508,00	248,00	20,00	2,00	0,00	3,00	377.1
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	33,00	109,00	864,00	2561,0	1398,0	163,0	10,0	1,0	21,0	
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
биточек рубленый из говядины	90	15,00	17,00	16,00	268,00	640,0	282,0	42,0	2,0	4,0	0,0	451/4
вермишель отварная	150	5,00	5,00	36,00	211,00	1008,00	64,00	20,00	1,00	0,00	0,00	273/96
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	311
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	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	30,0	118,0	861,0	2790,0	1011,0	124,0	6,0	4,0	17,0	
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
котлета домашняя	90	13,00	21,00	11,00	281,00	624,00	228,00	15,00	2,00	0,00	0,00	476/97
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 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	35.01ттк
итого	700	25,0	34,0	96,0	839,0	2498,0	1437,0	83,0	4,0	0,0	47,0	
итого за 6 дней					901,7							
среднее значение за период												

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
2 неделя												
понедельник												
Обед	200	5,0	4,0	16,00	118,0	479,0	374,0	30,0	2,0	0,0	0,0	139/4
суп картофельный с бобовыми	90	15,0	17,0	16,0	280,0	640,0	282,0	42,0	2,0	0,0	0,0	451/4
котлета рубленая из говядины	150	5,00	5,00	36,00	211,00	1008,00	64,00	20,00	1,00	0,00	0,00	273/96
вермишель отварная	10	0,00	8,00	0,00	75,00	1,00	2,00	1,00	0,00	0,00	0,00	22/97
масло сливочное	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,00	265,00	25,00	1,00	0,00	1,00	651/96
напиток из кураги	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35.01тк
батон	700	30,0	36,0	122,0	938,0	2294,0	1037,0	126,0	6,0	0,0	1,0	
итого												
вторник												
Обед	200	1,00	3,00	10,00	78,00	480,00	254,00	33,00	1,00	0,00	16,00	110/4
борщ с капустой и картофелем	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
сметана	90	10,00	25,00	23,00	240,00	624,00	272,00	45,00	2,00	0,00	3,00	300,08
оладьи ленивые	150	4,00	5,00	15,00	116,00	608,00	369,00	93,00	1,00	0,00	80,00	482/96
капуста тушеная	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190
напиток яблочный	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
хлеб ржаной	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35,0
батон	700	22,0	37,00	104,0	715,0	2086,0	1117,0	204,0	7,0	0,0	103,0	
итого												
среда												
Обед	200	2,0	4,0	9,0	74,0	503,0	293,0	24,0	1,0	0,0	17,0	132/96
суп из овощей	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
сметана	90	15,00	17,00	16,00	268,00	640,00	282,00	42,00	2,00	0,00	0,00	451/4
биточек рубленый из говядины	150	14,00	6,00	31,00	223,00	588,00	440,00	65,00	4,00	0,00	0,00	465/96
рис отварной	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312
напиток апельсиновый	50	4,0	1,0	24,0	121,0	234,0	47,0	8,0	0,0	0,0	0,0	882,01
батон оздоровительный	700	35,0	30,0	106,0	802,0	1972,0	1118,0	156,0	7,0	0,0	30,0	
итого												
четверг												
Обед	200	1,00	4,00	7,00	85,00	478,00	238,00	33,00	1,00	0,00	24,00	120/96
щи из свежей капусты и картофеля	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
сметана	110	9,0	11,0	13,0	189,0	1004,0	96,0	35,0	0,0	0,0	3,0	422/96
тефтели из говядины в соусе	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1204,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	470/96
картофель отварной	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312,01
напиток лимонный	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
хлеб ржаной	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35,0
батон	720	18,0	24,0	97,0	699,0	3057,0	1366,0	131,0	4,0	0,0	63,0	
итого												
пятница												
Обед	200	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96
рассольник ленинградский с перловой крупой	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
сметана	90	14,00	17,00	12,00	254,00	636,00	191,00	18,00	1,00	0,00	1,00	379,14
котлета московская (К)	150	2,00	9,00	21,00	174,00	2,0	26,0	7,0	0,0	0,0	0,0	466/96
рис припущенный	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/тк
напиток из плодов шиповника	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
хлеб ржаной	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35,0
батон	700	23,0	34,0	99,0	810,0	1780,0	882,0	81,0	4,0	0,0	18,0	
итого												
суббота												
Обед	200	3,0	3,0	21,0	124,0	606,0	476,0	23,0	1,0	0,0	17,0	140/4
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	90	15,0	20,0	8,0	272,0	570,0	370,0	21,0	2,0	0,0	5,0	417/96
котлета по-хлыновски	150	5,0	5,0	36,0	211,0	1008,0	64,0	20,0	1,0	0,0	0,0	273/96
вермишель отварная	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
напиток из смеси сухофруктов	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 тк
батон	715	32,0	30,0	131,0	984,0	2418,0	985,0	77,0	5,0	0,0	22,0	
итого					4948,0							
итого за 6 дней					824,7							
среднее значение за период												

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная
- рекиен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 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

Леш

Исупова Л.И.