

Согласовано:

Директор МБОУ "СШ № 1" г. Киров

Иванов В.В.

25.12.2024



Утверждаю:

и.о. директора

МКУ "КП и СП"

Шуплецов В.В.



" 05 " 12 2024г

МЕНЮ
для организованного питания
учащихся с ограниченными
возможностями здоровья и
отдельных классов для детей
с ОВЗ
с 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
понедельник												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
каша рисовая с маслом	250/10	7,0	12,0	42,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
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	582	22,0	26,0	97,0	711,0	1022,0	379,0	583,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп карт с рыбными консервами	267,5	6,0	7,0	20,00	166,0	616,0	677,0	25,0	1,0	0,0	24,0	131/96
котлета рубленая из птицы	100	22,0	16,0	18,0	230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312 01
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	822,5	38,0	32,0	148,0	972,0	2778,0	1592,0	100,0	3,0	0,0	30,0	
Всего	1404,5	60,0	58,0	245,0	1683,0	3800,0	1971,0	683,0	5,0	0,0	31,0	
вторник												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,00	5,00	0,00	63,00	54,00	56,00	22,00	1,00	0,00	0,00	64/96
каша ячневая с маслом	250/10	13,00	16,00	50,00	345,00	458,00	296,00	197,00	1,00	0,00	0,00	257/96
Какао на молоке	200	4,0	4,0	26,0	141,0	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4
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	575	30,00	27,00	116,00	755,00	797,0	640,0	355,0	4,0	0,0	1,0	
Обед												
борщ с капустой и картофелем	250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	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 рубленые из свинины	100	11,00	29,00	16,00	374,00	1210,00	125,00	49,00	1,00	0,00	4,00	175 05
рис отварной	180	16,0	7,0	37,0	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток из кураги	200	1,00	0,00	28,00	116,00	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	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	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	815	37,00	45,00	136,00	1094,00	2659,0	1425,0	229,0	9,0	0,0	25,0	
Всего	1390	67,00	72,00	252,00	1849,00	3456,00	2065,00	584,00	13,00	0,00	26,00	
среда												
Завтрак												
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	34
Каша пшеничная с маслом	250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	456,0	292,0	170,0	2,0	0,0	0,0	627/96
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0	692/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	555	26,0	31,0	110,0	714,0	845,0	459,0	393,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,0	148,0	604,0	469,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
мясные ежики (с)	100	11,0	32,0	14,0	389,0	559,0	250,0	21,0	1,0	0,0	3,0	377 15
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	7,0	23,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226 03 ттк
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 оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882 06
итого	805	29,0	46,0	119,0	1070,0	2322,0	1813,0	103,0	5,0	0,0	51,0	
Всего	1360	55,0	77,0	229,0	1784,0	3167,0	2272,0	496,0	7,0	0,0	52,0	

четверг												
Завтрак												
Сыро порциями												
каша манная с маслом	20	5,0	6,0	0,0	72,0	164,0	23,0	200,0	0,0	0,0	0,0	29/97
чай с молоком и сахаром	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,0	245,00	171,00	1,00	0,00	0,00	262/96
батон	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	685/4
итого	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35 02 ттк
Обед												
суп крестьянский с рисом	250	2,00	5,00	14,00	114,00	597,00	245,00	31,00	1,00	0,00	20,00	134/4
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 рябушка	100	22,00	10,00	18,00	262,00	733,00	88,00	46,00	1,00	0,00	1,00	526 06
каша гречневая рассыпчатая	180	7,00	12,00	34,00	266,00	700,00	204,00	20,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,00	70,00	4,00	1,00	0,00	4,00	190
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	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
итого	815	40,00	32,00	135,00	992,00	2491,0	784,0	134,0	9,0	0,0	25,0	
Всего	1370	64,00	54,00	245,00	1658,00	3370,00	1224,00	583,00	12,00	0,00	26,00	
пятница												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	64/96
каша овсяная	250	10,0	6,0	44,0	269,0	460,0	350,0	181,0	2,0	0,0	0,0	262/96
масло сливочное	10	0,0	8,0	0,0	75,0	2,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	22/97
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
итого	557	21,0	21,0	85,0	602,0	680,0	482,0	216,0	4,0	0,0	0,0	
Обед												
рассольник ленинградский с перловой крупой	250	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)	100	16,00	19,00	13,00	283,00	707,0	211,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379 23
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	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
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	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
итого	815	29,0	35,0	138,0	1008,0	3144,0	967,0	99,0	5,0	0,0	18,0	
Всего	1372	50,0	56,0	223,0	1610,0	3824,0	1449,0	315,0	9,0	0,0	18,0	
суббота												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,00	12,00	0,00	144,00	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
каша дружба	250	8,0	4,0	44,0	248,0	456,0	260,0	166,0	1,0	0,0	0,0	34/4
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
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
итого	550	21,0	26,0	85,0	662,0	949,0	383,0	580,0	2,0	0,0	1,0	
обед												
суп из овощей	250	2,0	4,0	11,0	97,0	629,0	367,0	30,0	1,0	0,0	21,0	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
биточек рубленный из свинины	100	14,0	31,0	18,0	405,0	1281,0	71,0	47,0	2,0	0,0	0,0	416/96
пюре гороховое по-домашнему	180	9,0	4,0	20,0	156,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284 01 ттк
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312,0
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	815	31,0	43,0	115,0	980,0	2936,0	861,0	150,0	7,0	0,0	34,0	
Всего	1365	52,0	69,0	200,0	1642,0	3885,0	1244,0	730,0	9,0	0,0	35,0	
итого за 6 дней					10226,0							
среднее значение за период					1704,0							

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												
Завтрак												
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,00	14,00	14,00	143,00	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	30/97
Каша пшеничная с маслом	250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
Какао на молоке	200	4,00	4,00	26,00	141,00	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	555	27,0	33,0	113,0	741,0	874,0	541,0	451,0	1,0	0,0	1,0	
Обед												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,0	148,0	604,0	469,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
котлета домашняя (с)	100	12,0	31,0	12,0	377,0	694,0	237,0	16,0	2,0	0,0	0,0	476/97
рис отварной	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,00	32,00	16,00	0,00	0,00	0,00	702/97
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	805	40,0	45,0	137,0	1107,0	1948,0	1340,0	160,0	9,0	0,0	12,0	
Всего	1360	67,0	78,0	250,0	1848,0	2822,0	1881,0	611,0	10,0	0,0	13,0	
вторник												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,00	46,00	400,00	0,00	0,00	1,00	23/97
каша манная	250	11,00	4,00	40,00	227,00	454,0	243,0	170,0	1,0	0,0	0,0	262/96
масло сливочное	10	0,00	8,00	0,00	75,00	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	557	24,0	26,0	81,0	641,0	947,0	366,0	584,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
борщ с капустой и картофелем	250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	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 ленивые (с)	100	11,00	28,00	16,00	360,00	689,00	282,00	49,00	2,00	0,00	4,00	300 1
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	815	27,0	49,00	131,0	1063,0	2446,0	1037,0	154,0	9,0	0,0	37,0	
Всего	1372	51,0	75,0	212,0	1704,0	3393,0	1403,0	738,0	11,0	0,0	38,0	
среда												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	29/97
каша пшеничная	250	9,0	5,0	47,0	244,0	455,0	290,0	169,0	2,0	0,0	0,0	262/96
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
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35 02 ттк
итого	575	22,0	20,0	102,0	645,0	674,0	423,0	205,0	4,0	0,0	0,0	
Обед												
суп из овощей	250	2,0	4,0	11,0	97,0	629,0	367,0	30,0	1,0	0,0	21,0	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
кнели студенческие из горбуши	100	18,0	9,0	7,0	185,0	505,0	46,0	31,0	0,0	0,0	0,0	729 04
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226 03 ттк
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 оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882 06
итого	815	32,0	23,0	109,0	842,0	2297,0	1519,0	115,0	3,0	0,0	57,0	
Всего	1390	54,0	43,0	211,0	1487,0	2971,0	1942,0	320,0	7,0	0,0	57,0	

четверг												
Завтрак												
Сыр порциями												
каша рисовая с маслом	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
чай с молоком и сахаром	250/10	7,0	12,0	42,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
батон	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	685/4
итого	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35 01
Обед												
щи из свежей капусты и картофеля												
сметана	250	2,0	5,0	9,0	91,0	600,0	315,0	51,0	1,0	0,0	30,0	120/96
шницель по-кукарски	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
рожки отварные	100	16,0	19,0	14,0	293,0	664,0	219,0	35,0	1,0	0,0	1,0	474 03
напиток из кураги	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
хлеб ржаной	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
батон	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
итого	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
Всего	815	30,0	36,0	139,0	1013,0	2931,0	1042,0	157,0	6,0	0,0	32,0	
пятница												
Завтрак												
яйцо вареное												
Каша овсяная с маслом	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	64/96
кофейный напиток	250/10	10,0	14,0	44,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0	262/96
батон	200	3,0	2,0	23,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0	692/4
итого	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35 02 ттк
Обед												
рассольник ленинградский с перловой крупой												
сметана	250	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96
биточек рубленый из птицы	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
рис припущенный	100	19,00	10,00	18,00	234,00	788,00	311,00	54,00	2,00	0,00	0,00	498/4
напиток из плодов шиповника	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4 85
хлеб ржаной	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/ттк
батон	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
итого	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
Всего	1390	56,0	53,0	229,0	1621,0	2791,0	1588,0	398,0	9,0	0,0	18,0	
суббота												
Завтрак												
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	34
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,0	245,0	171,0	1,0	0,0	0,0	262/96
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01ттк
итого	555	25,0	28,0	95,0	640,0	820,0	363,0	339,0	2,0	0,0	0,0	
Обед												
суп карт с макаронными изделиями (вермишель)	250	3,0	3,0	21,0	124,0	606,0	476,0	23,0	1,0	0,0	17,0	140/4
котлета московская (К)	100	16,0	19,0	13,0	283,0	707,0	211,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379 23
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190ттк
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	805	31,0	33,0	140,0	997,0	2064,0	924,0	763,0	7,0	0,0	21,0	
Всего	1360	56,0	61,0	235,0	1637,0	2884,0	1287,0	1102,0	9,0	0,0	21,0	
итого за 6 дней					9982,0							
среднее значение за период					1664,0							

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*