

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Сотласовский

Директор МКОУ "Сотласовский СОШ"

Сотласовский СОШ



1 день

Утверждено
ИТ Чесунов О.А.

О.А.Чесунов

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Составляющие, г/ед.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с сыром	50		6,1	8,7	14,8	162	3	2017
Каши "Лягушка"	150		6,5	8,3	25,1	211	356	2022
Пюре из овощей	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофеинный напиток для похудения на медовом	250		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за присм пищи:	500	137,00	16,0	19,2	75,7	541		
Полдник								
Чай с медомом и сахаром	200		1,6	1,4	15,9	81	781	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
Итого за присм пищи:	250	15,00	8,4	9,5	48,6	300		
Всего:		152,00	24,4	28,7	124,3	841		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор *МКОУ*

Ольга Леонидовна *СЛ*



2 день



О.А.Чесукова

2. меню									
Присм пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Составность рациона, %	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сроки годности	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Овощи сырые порубленные (супы или супы-пюре свежие, отварные или замороженные: капуста, морковь или свекла, лук, чеснок)	60		0,9	0,1	5,3	26	724	1996	
Чай с сахаром	200		16,4	19,9	34,8	354	291	2017	
Хлеб из муки пшеничной	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022	
Итого за присм пищи:	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022	
	500	137,00	20,2	20,8	67,7	508			
Итого за день									
Чаша каша с сахаром	200		0,6	0,0	15,0	58	ТТК 23А		
Компот из фруктов	50		6,8	8,1	32,7	219			
Итого за присм пищи:	250	15,00	7,4	8,1	47,7	277			
	1000	152,00	27,6	28,9	115,4	785			

Десятидневное меню личного питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор МКОУ "Средняя школа №11"

Александров В.И.



3 день

Утверждено:
Директор МКОУ "Средняя школа №11"

О.А. Чернышова

Проект имени, наименование блюда		Масса порции, г	Стоимость порции, руб.	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сроки реализации
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
Овомя селюнае (порышны (сугруд или возмодура свежее, сырды или возмодура сытнее, капуста калецкая, морковь или свекла вареная)	60		0,9	0,1	5,3	26	г.24	1996	
Каша, бундучи, пшеница (из тольшны)	90		12,4	14,8	11,8	231	268	2017	
Бобовые отварные	150		14,1	6,9	33,5	255	306	2017	
Чай скарало с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А		
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022	
Итого за завтрак	530	157,00	29,7	22,4	78,8	636			
Полдник									
Компот из яблок сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022	
Рисовый суп	50		6,8	8,1	32,7	219			
Итого за полдник	250	18,00	7,4	8,1	64,1	343			
Итого:		152,00	37,1	30,5	142,9	979			

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Сот. Писемное:

Директор школы

В.А. Лебедева



Утверждено:

ИП Чеснокова О.А.

О.А. Чеснокова

4 день

Присев пищи, наименование блюда		4 день									
Масса порции, г	Содержание, р-р.	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
Завтрак											
Чай с сахаром	230		10,9	15,3		38,8		257	208		2017
Кондитерские изделия	200		0,2	0,0		15,0		58	ТРС 23А		
Хлеб из муки пшеничной	30		3,8	4,1		14,0		91			
	40		2,7	0,8		17,6		88	23		2022
Итого за присев пищи:	500	137,00	17,6	20,2		85,4		494			
Полдник											
Чай с сахаром	200		0,2	0,0		10,0		40	783		2022
Кондитерские изделия	30		6,8	8,1		32,7		219			
Итого за присев пищи:	250	18,00	7,0	8,1		42,7		259			
Итого:		155,00	24,6	28,3		128,1		753			

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор *И.И.И.* *С.И.И.*



О.А.Чесунов

Присем питание, наименование блюда		Масса порции, г	Стоимость порция, руб.	5 день			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
				Именные блюда					
Сумма стоимости порции (сумма цен ингредиентов сырых, а также цен ингредиентов готовых, купленных в магазине, магазине или специализированной организации)				Без жиры	Жиры, г	Углеводы, г			
Котлеты из говяжьих рубцов	60			0,9	0,1	5,3	26	0,24	1906
Картофель, отварной	90			11,7	10,6	8,5	179	4,67	2022
Чай фруктовый	150			3,6	5,8	28,6	176	3,10	2017
Хлеб из пшеничной муки	200			0,2	0,0	12,2	43	7,83	2022
Итого за присем питание:	30			2,1	0,6	13,2	66	23	2022
	530	137,00		18,5	17,1	67,9	490		
Подписи:									
Чаш варенье с сахаром	200			0,6	0,0	15,0	58	778,23А	
Котлетное пюре	50			6,8	8,1	32,7	219		
Итого за присем питание:	250	15,400		7,4	8,1	47,7	277		
		152,00		25,9	25,2	115,6	767		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор МКОУ "Школа № 1" *А.А. Лебедев*



О.А. Чесунов

Приним пищи, наименование блюда			7 день							О.А.Иванов	
Масса порции, г	Сложность рациона, руб.	Питательные вещества					Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
Завтрак											
Свежее сырое порционно (с курицы или индейки) с маслом, со сливками, со сметаной (сладкое, калорийное, витаминное, белковое или сливочное)	60		0,9	0,1	5,3		26	0,24	1996		
1 яйцо из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4		126	580	2022		
Молочное изделие (сладкое)	150		5,3	6,2	35,3		221	309	2017		
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0		58	ТТК 23А			
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2		66	23	2022		
Итого за прием пищи:	540	137,00	16,9	17,2	78,2		497				
Полдник											
Чай с молоком и сахаром	200		1,6	1,4	15,9		81	781	2022		
Копченое изделие	50		0,8	8,1	32,7		219				
Итого за прием пищи:	250	15,00	8,4	9,5	48,6		300				
Итого:		152,00	25,3	26,7	126,8		797				

Десятидневное меню (орядок питания) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Составлено:

Доктор Михаил Михайлович Сид
Врач-педиатр



8 день

Утверждено:
И.И. Чесунов О.А.

О.А. Чесунов

8 день										О.А. Чесукова	
Пример пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Содержание, руб	Питательные вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак											
Каша овсяная порционная (сorghum или пшеничные хлопья, рис или пшеничные хлопья; молоко, сахар, ваниль, корица, масло сливочное)	60		0,9	0,1	5,3		26	г.24	1996		
Пшеница, рубчатый крупа	90		11,7	11,2	14,6		189	622	2022		
Рис с овощами	150		3,5	4,6	13,5		180	665	2022		
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0		40	782	2022		
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2		66	23	2022		
Итого за прием пищи:	530	157,00	18,4	16,5	76,6		501				
Полдник											
Чай с сахаром	200		0,6	0,0	15,0		58	ТТК 23А			
Каша овсяная порционная	50		0,8	8,1	13,7		219				
Хлеб из муки пшеничной	250	15,00	7,4	8,1	47,7		277				
Всего:		152,00	25,8	24,6	124,3		778				

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Составлено:

Директор школы **Иванова Г.В.**
Иванова Г.В.



Утверждено:
 ИП Чесунов О.А.

О.А. Чесунов

Пример питания: Питание в столовой										9 день		О.А. Чесунов	
	Масса порции, г	Стоимость порции, руб.	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур				
			Безжира, г	Жиры, г	Углеводы, г								
Завтрак:													
Бутерброд с колбасой	35		4,4	5,9	27,8	156	2	2017					
Каша желтая молочно-крупяная с маслом сливочным	150		6,7	7,6	24,4	156	182	2017					
Пшеница ержане	100		1,5	0,5	21,0	96	338	2017					
Корейский салат с яблоками и луком	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2017					
Итого за пример питания:	505	137,00	15,6	15,8	99,2	532		2017					
Чай фруктовый													
Подливки													
Кондитерское изделие	2600		0,2	0,0	10,2	42	783	2022					
	50		6,8	8,1	32,7	219							
Итого за пример питания:	2650	15,00	7,0	8,1	42,9	261							
		152,00	23,6	23,9	142,1	793							

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ).

Составлено:

Директор МКДОУ

Ольга Леонидовна Семенова

СД 14



Утверждено:
Министром
Министерства
О.А. Ченушков

О.А. Ченушков

10 дней

10 асба										О.А.Мендусова	
Присев пиши, напачеконание блюда	Масса порции, г	Сроекость порции, руб.	Нителые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак											
Овошное естественное (суповое или пюреобразное блюдо; морковь, картофель, капуста, лук, чеснок, лук-порей)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996			
Творог (2 порции) из творожной смеси с сахаром	90		10,0	14,1	21,5	223	279/331	2017			
Чай с сахаром	150		4,7	5,0	22,3	169	303	2017			
Хлеб из муки пшеничной	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022			
Итого за присев пищи:	530	137,00	17,8	19,8	72,4	66	23	2022			
Компот из яблок сухих											
Бланшированные яблоки	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022			
Итого за напиток	30		6,8	8,1	32,7	219					
Итого за напиток	260	15,00	7,4	8,1	64,1	343					
Всего:		152,00	25,2	27,9	136,5	867					