

Согласовано:
Директор школы



Утверждаю:
Индивидуальный
предприниматель Жукова И.В.



**Цикличное меню на 10 дней
для обеспечения питанием обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья
по возрастной категории с 7-11 лет.
из расчета 152,00 рублей в день .
МБОУ «Кисловская СОШ»
Томского района с 01.09.2022г.**

Технология приготовления блюд составлена из «Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.

(Под редакцией М.П Могильного и В.А. Тугельяна.) -М:ДеЛи+, 2015г.

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области.(Под редакцией Куткина М.Н.,Смоленцева А.А. и др.)

Меню для обеспечения питания

детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .

Школа: МБОУ "Кисловская СОШ"

Дата

День: День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	Гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная кукурузная с бананом(210)	210	31	287,08	10,997	9,43	49,2
	закуски		Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22,5	143,979	7,124	6,272	14,76
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	18	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				560	76,5	513,001	18,37	15,8	83,976
Обед ОВЗ	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом) (200)	200	11,5	149,66	5,239	5,629	19,513
	2 блюда	438/2	Мясо птицы тушеное с овощами (100)	100	42	130,85	10,15	12,08	3,272
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				710	75,5	705,286	26,49	24	103,724
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1270	152	1218,287	44,86	39,8	187,7
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	21,5	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	30	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Итого:				375	76,5	247,101	7,7	8
Итого обед и полдник ОВЗ :				1085	152	952,387	34,19	32	137,039

Заведующий производством:

Директор школы



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет.**

Школа: МБОУ "Кисловская СОШ" Дата: День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком (120/30)	150	54	403,798	13,31	14,91	49,881
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
Итого:				380	68,5	588	19	17,68	84
Обед ОВЗ	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	10	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	№ 294	Котлета рубленая из птицы в сметанно-томатном соусе(75/50)	125	41	264,843	14,49	16,9	13,694
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	23	200,603	4,58	5,71	32,723
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				725	83,5	819,369	27,69	26,35	117,864
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1105	152	1407,369	46,68	44,04	201,864
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	18,5	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	25	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				375	68,5	247,101	7,7	8	33,315
Итого обед и полдник ОВЗ:				1100	152	1066,47	35,39	34,35	151,179

Заведующий производством _____

Директор школы _____



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МБОУ "Кисловская СОШ" Дата: День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром	165	30,5	316,058	13,17	15,45	32,575
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	120	14,17	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				515	51,67	470	15,81	15,79	67,652
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	20	6,83	7,632	0,421	0,053	1,368
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	208	14,5	130,436	2,958	7,367	13,075
	2 блюдо	№279/ 331	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе	125	49,5	208,942	9,32	14,54	12,43
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
Итого:				763	100,3	820	27,01	29,74	113,306
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1278	152	1290	42,81	45,54	180,958
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	11,7	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	15	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				375	51,7	247,101	7,7	8	33,315
Итого обед и полдник ОВЗ:				1138	152	1067,101	34,71	37,74	146,621

Заведующий производством: _____

Директор школы: _____



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МБОУ "Кисловская СОШ"

Дата:

День: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	249,542	12,05	9,41	3,429
	закуски	75/2	Зеленый горошек консервированный (25)	25	8	32,648	1,154	2,003	38,075
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
Итого:				395	61	470	15,8	20	66,55
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	25	9,5	7,632	0,421	0,053	1,368
	1 блюда	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	149,527	2,433	5,873	13,486
	2 блюдо	тгк 720	Рис с овощами и курицей (230гр.)	230	50	344,712	14,72	16,1	54,171
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	№587(2)	Напиток из яблок и смородины (200)	200	9,5	48,561	0,024	0,01	2,175
Итого:				723	91	705,052	23	24,02	100
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1118	152	1175,052	38,8	44,01	166,55
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	21	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарное	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	15	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Итого:				375	61	247,101	7,7	8
Итого обед и полдник ОВЗ:				1098	152	952,153	30,7	32,02	133,315

Заведующий производством:

Директор школы



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет.**

Школа: МБОУ "Кисловская СОШ"

Дата:

День: День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	№174	Каша вязкая молочная кукурузная с маслом(200/10)	210	27	340,221	7,746	11,48	51,475
	сыр	№15	Сыр порциями (15)	15	16	58,187	3,791	4,78	0
	горячие напитки	№382	Чай из плодов шиповника	200	15	109,182	4,272	3,35	15,486
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
Итого:				455	60	579,59	18,2	19,86	82,022
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	30	9	7,632	0,421	0,053	1,368
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	ттк 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе(70/30гр.)	100	38	131,072	12,07	11,55	10,008
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое		Напиток ягодный(200гр)	200	9,5	50,42	0,159	0,016	12,412
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	Итого:				748	92	705	26,32	24
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1203	152	1284,59	44,52	43,85	193,274
Полдник ОВЗ	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75гр	20	107,381	7,66	7,96	1,515
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	15	39,72	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Итого:				300	60	188,044	7,7	8
Итого обед и полдник ОВЗ:				1048	152	893,044	34,02	32	144,567

Заведующий производством:

Директор школы:



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МБОУ "Кисловская СОШ"

Дата:

День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	1 блюдо	№120	Суп молочный с макаронными изделиями (200)	200	15,5	130,051	5,287	4,014	27,315
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	сыр	№15	Сыр твердых сортов в нарезке (20гр)	20	21	73,927	4,817	6,073	0
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	Итого:				490	54,5	470,153	15,4	19,67
Обед ОВЗ	закуска	№70	Овощи натуральные свежие	30	10,5	7,632	0,421	0,053	1,368
	Первые блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(200/8)	208	17,5	160,834	3,557	13,49	14,226
	2 блюдо	290	Курица тушеная в сметанном соусе	100	40	110,157	13,35	4,534	3,991
	гарнир	№305	Рис припущенный (150)	150	19	193,715	0,018	4,689	37,861
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				748	97,5	704,997	23	24	107,179
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1238	152	1175,15	38,4	43,67	174,179
Полдник ОВЗ	кулинарное изделие	635(2)	Булочка с корицей	75	15	107,381	7,66	7,96	1,515
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	14,5	39,72	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Итого:				275	54,5	303,572	8	7,72
Итого обед и полдник ОВЗ:				1023	152	1008,569	31	31,72	140,494

Заведующий производством:

Директор школы



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа:

Дата:

День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	закуски	75/2	Зеленый горошек консервированный	20	8	32,648	1,154	2,003	38,525
		№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	249,542	11,65	9,41	3,429
	белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
Итого:				395	61	470	15,4	20	67
Обед ОВЗ	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие	20	6,5	6,275	0,347	0,052	1,105
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	10	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему из говядины(200)	200	65	379,492	18,8	20,2	36,661
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,5	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	Итого:				700	91	705	27,21	24
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1095	152	1175	42,61	44	166,971
Полдник ОВЗ	кулинарное изделие	635(2)	Кулинарное изделие	75	15	107,381	7,66	7,96	1,515
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	21	39,72	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				275	61	303,572	7,7	8	33,315
Итого обед и полдник ОВЗ:				975	152	1008,572	34,91	32	133,286

Заведующий производством: _____

Директор школы: _____



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: Отд./корп День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	№173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев Геркулес (200/10)	210	26	213,819	7,904	11,2	32,93
	закуски	3	Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22,5	143,979	7,124	6,272	14,76
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
Итого:				470	61	470	18,33	20	66,756
Обед ОВЗ	закуски	70/71	Овощи натуральные свежие в нарезке	50	12	1,526	0,084	0,011	0,274
	1 блюда	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	126,277	2,433	7,959	13,486
	2 блюдо	тгк 750	Каша гречневая с курицей	200	42	369,65	17,55	14,8	54,68
	сладкое	№388	Напиток из плодов шиповника (200)	200	15	59,753	0,069	0	2,099
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				678	91	706,516	25,23	24,01	100
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1148	152	1176,516	43,56	44,01	166,756
Полдник ОВЗ	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	20	107,381	7,66	7,96	1,515
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	16	39,72	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				375	61	247,101	4,993	7,319	37,315
Итого обед и полдник ОВЗ:				1053	152	953,617	30,22	31,33	137,315

Заведующий производством:

Директор школы:



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет.**

Школа: Отд./кор День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	№181	Каша жидкая молочная из манной крупы (200/10)	210	26	251,403	9,408	6,89	41,715
	сыр	№15	Сыр порциями	15	16	58,187	3,791	4,78	0
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
Итого:				465	58	498,455	15,8	20,26	67
Обед ОВЗ	закуска	№71	Овощи натуральные свежие	20	9	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	189,624	2,721	12,74	18,937
	2 блюдо	352/2	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном соусом	110	32	113,751	6,432	4,289	9,716
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	23	200,603	4,58	5,71	32,723
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,5	48,659	0,009	0,009	12,135
	Итого:				748	94	705	19	24
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1213	152	1203,455	34,8	44,27	170,519
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	13	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарные изделия	406/47	Кулинарное изделие	75	20	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр		Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0
	Итого:				375	58	231,521	7,7	8
Итого обед и полдник ОВЗ:				1123	152	936,521	26,7	32	136,834

Заведующий производством

Директор школы



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет.**

Школа: Отд./корп День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	закуски	75/2	Зеленый горошек консервированный	20	8	32,648	1,154	2,003	38,525
	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	249,542	11,65	9,41	3,429
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
Итого:				390	63	471,055	15,41	20,01	67,239
Обед ОВЗ	закуска	№71	Овощи натуральные свежие	20	5,5	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	208	14,5	154,39	2,367	7,323	10,46
	2 блюдо	№268	Биточек, Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	110	42	188,575	11,22	10,3	12,744
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	985	Напиток яблочно-брусничный (200)	200	12	50,789	0,108	0,078	12,413
	белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				748	89	771,156	24,8	24	104,691
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1138	152	1242,211	40,21	44,01	171,93
Полдник ОВЗ	Фрукт	№338	Фрукт, яблоко (1)	100	18	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарные изделия	406/47 3	Кулинарное изделие	75	20	107,381	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				375	63	231,521	7,7	8	33,315
Итого обед и полдник ОВЗ:				1123	152	1002,677	32,5	32	138,006

Заведующий производством:

Директор школы:

