

Согласовано:

К. Б. Князьков



Утверждаю:

начальник КШП

МКУ "КП и СП"

Сунцов Ф.В.

"15" 12 2023г



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

1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жир	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	28,0	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	872,0	2778,0	1592,0	100,0	3,0	0,0	30,0	
Всего	1404,5	60,0	60,0	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
биточек рубленый из свинины	100	14,00	31,00	18,00	405,00	1281,00	71,00	47,00	2,00	0,00	0,00	416/96
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	40,00	47,00	138,00	1126,00	2730,0	1371,0	227,0	10,0	0,0	21,0	
Всего	1390	70,00	74,00	254,00	1880,00	3527,00	2011,00	582,00	14,00	0,00	22,00	
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	469,0	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
хлеббаски школьные из говядины	100	18,0	18,0	11,0	273,0	589,0	306,0	18,0	1,0	0,0	0,0	358.04
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	36,0	32,0	116,0	954,0	2352,0	1869,0	100,0	6,0	0,0	48,0	
Всего	1360	62,0	63,0	226,0	1668,0	3197,0	2328,0	493,0	7,0	0,0	49,0	

четверг												
Завтрак												
Сыр порциями	20	5,0	6,0	0,0	72,0	164,0	23,0	200,0	0,0	0,0	0,0	29/97
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,00	245,00	171,00	1,00	0,00	0,00	262/96
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	685/4
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	555	24,00	22,00	110,00	666,00	879,0	440,0	449,0	3,0	0,0	1,0	
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	35,01 ттк
итого	815	40,00	32,00	136,00	892,00	2491,0	784,0	134,0	9,0	0,0	26,0	
Всего	1370	64,00	54,00	246,00	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	35,01 ттк
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
шницель рубленый из говядины	100	13,00	16,00	18,00	290,00	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	0,0	112,75
рагу из овощей	180	3,00	7,00	19,00	158,00	875,00	332,00	58,00	2,00	0,00	3,00	215/96
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	35,01 ттк
итого	816	26,0	32,0	116,0	899,0	2600,0	1094,0	766,0	5,0	0,0	20,0	
Всего	1372	46,0	53,0	201,0	1601,0	3280,0	1576,0	982,0	9,0	0,0	20,0	
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	35,01 ттк
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
котлета московская	100	15,0	20,0	13,0	293,0	699,0	261,0	16,0	2,0	0,0	0,0	475/97
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	816	32,0	32,0	110,0	868,0	2364,0	1061,0	119,0	7,0	0,0	34,0	
Всего	1365	53,0	58,0	195,0	1530,0	3303,0	1434,0	699,0	9,0	0,0	36,0	
итого за 6 дней					9920,0							
среднее значение за период					1653,3							

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	28,00	141,00	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4	
батон	50	4,0	2,0	28,0	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	100	14,0	19,0	12,0	247,0	695,0	254,0	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	42,0	33,0	137,0	977,0	1949,0	1357,0	160,0	9,0	0,0	12,0		
Всего	1360	69,0	66,0	250,0	1718,0	2823,0	1898,0	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	28,0	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	368,0	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	100	10,00	16,00	17,00	252,00	661,00	129,00	45,00	1,00	0,00	4,00	300,04	
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	28,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк	
итого	815	26,0	37,00	238,0	955,0	2418,0	884,0	160,0	8,0	0,0	37,0		
Всего	1372	50,0	63,0	319,0	1596,0	3365,0	1250,0	734,0	10,0	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	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	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	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 молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	685/4
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	550	22,0	28,0	98,0	672,0	976,0	428,0	638,0	1,0	0,0	2,0	
Обед												
щи из свежей капусты и картофеля	250	2,0	5,0	9,0	91,0	600,0	315,0	51,0	1,0	0,0	30,0	120/96
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 птицы	100	19,0	10,0	18,0	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	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 из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	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
итого	815	33,0	27,0	143,0	964,0	3066,0	1134,0	176,0	7,0	0,0	31,0	
Всего	1365	55,0	55,0	241,0	1626,0	4031,0	1562,0	814,0	8,0	0,0	33,0	
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 с маслом	250/10	10,0	14,0	44,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0	262/96
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	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02
итого	675	26,0	23,0	107,0	727,0	774,0	556,0	277,0	4,0	0,0	1,0	
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	707,00	211,00	20,00	1,00	0,00	1,00	379,23
рис припущенный	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4,85
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	773/ттк
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
итого	815	27,0	39,0	117,0	943,0	1936,0	932,0	87,0	4,0	0,0	18,0	
Всего	1390	53,0	62,0	224,0	1670,0	2710,0	1488,0	364,0	8,0	0,0	19,0	
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	3/4
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	35,01
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
щицель рубленый из говядины	100	13,0	16,0	18,0	290,0	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
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	190/ттк
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	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					9734,0							
среднее значение за период					1622,3							

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "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

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.