



Согласовано:  
 ИО директора МБОУ «СОШ №5» имени Рябова С.Д.  
 Калинина Н.А.

*16.09.2024*



Утверждено:  
 ИП Антонова И.В.  
 И.В. Антонова

*16.09.2024*

**Специальное примерное меню для обучающихся ОВЗ на 156,41 руб.**  
**Возрастная категория: 7-11 лет**  
**Вторая смена**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена (руб)
			Б	Ж	У			
<b>Неделя 1</b>								
<b>1 день(пн)</b>	Салат из белокачанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	35,76	45	7,44
	Суп гороховый	200	6,68	4,6	16,28	133,14	54-8с-2020	12,26
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г	11,93
	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4	54-25м	58,33
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>2 прием</b>	Йогурт	100	2,5	1,2	16	85		35,00
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>29,54</b>	<b>18,37</b>	<b>88,36</b>	<b>637,1</b>		<b>128,60</b>
<b>2 день(вт)</b>	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6	54-13з	9,45
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6	54-7с-2020	16,08
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	54-11г	25,70
	Котлета из курицы	90	17,28	3,87	12,12	113,76	54-5м	58,00
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33		5,00
	Кисель с витаминами и Кальцием "Витошка"	200			24	95		17,00
<b>2 прием</b>	Сок фруктовый в тетр.	200	1	0	20,2	84,8		38,00
	<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>27,48</b>	<b>18,18</b>	<b>99,29</b>	<b>631,16</b>		<b>169,23</b>
<b>3 день(ср)</b>	Винегрет с растительным маслом	60	0,6	5,3	4,1	67,1	54-16а	14,91
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	6,42	7,38	6,32	122,57	88	12,92
	Плов из птицы или кролика	200	18,01	8,95	36,45	298,66	291	72,20
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>2 прием</b>	Фрукты	100	0,4	0,4	9,78	47		36,00
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>25,5</b>	<b>22,05</b>	<b>71,65</b>	<b>595,33</b>		<b>139,67</b>
<b>4 день(чт)</b>	Икра морковная	60	1,2	4,2	6	68	54-12з	10,30
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	4,96	10,12	110,36	54-2с-2020	17,20
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г	11,93
	Котлеты "Школьные"	90	13,77	9,9	11,97	191,7	347	61,70
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>2 прием</b>	Йогурт	100	2,5	1,2	16	85		35,00
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>27,64</b>	<b>25,18</b>	<b>91,89</b>	<b>711,86</b>		<b>139,77</b>
<b>5 день(пт)</b>	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,64	2,19	42,42	24	32,15
	Рассольник ленинградский	200	4,74	5,8	13,62	125,52	54-3с-2020	21,74
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	54-11г	25,70
	Тефтели 2-й вариант	140	11,31	11,88	13,62	206,48	279/331	79,40
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
<b>2 прием</b>	Фрукты	100	0,4	0,4	9,78	47		36,00
	Печенье	40	3	3,92	29,76	117,6		24,40
	<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>23,3</b>	<b>30,86</b>	<b>103,8</b>	<b>738,42</b>		<b>223,03</b>

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена (руб)
			Б	Ж	У			
<b>Неделя 2</b>								
6 день(пн)	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6	54-13з	9,45
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	6,42	7,38	6,32	122,57	88	12,92
	Плов из птицы или кролика	200	18,01	8,95	36,45	298,66	291	72,20
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
	Йогурт	100	2,5	1,2	16	85		35,00
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>27,8</b>	<b>20,25</b>	<b>78,37</b>	<b>611,83</b>		<b>133,21</b>
7 день(вт)	Салат из белокачанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	35,76	45	7,44
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6	54-7с-2020	16,08
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7	54-4г	22,05
	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185	255	64,43
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
2 прием	Сок фруктовый в тетр.	200	1	0	20,2	84,8		38,00
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>28,58</b>	<b>22,28</b>	<b>97,1</b>	<b>718,86</b>		<b>151,64</b>
8 день(ср)	Винегрет с растительным маслом	60	0,6	5,3	4,1	67,1	54-16а	14,91
	Суп гороховый	200	6,68	4,6	16,28	133,14	54-8с-2020	12,26
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	54-11г	25,70
	Тефтели 2-й вариант	140	11,31	11,88	13,62	206,48	279/331	79,40
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
2 прием	Фрукты	100	0,4	0,4	9,78	47		36,30
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>22,26</b>	<b>27,4</b>	<b>78,58</b>	<b>653,12</b>		<b>172,21</b>
9 день(чт)	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6	54-13з	9,45
	Рассольник ленинградский	200	4,74	5,8	13,62	125,52	54-3с-2020	21,74
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г	11,93
	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4	54-25м	58,33
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376	3,64
2 прием	Йогурт	100	2,5	1,2	16	85		35,00
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>27,61</b>	<b>20,32</b>	<b>86,42</b>	<b>639,32</b>		<b>140,09</b>
10 день(пт)	Икра морковная	60	1,2	4,2	6	68	54-12з	10,30
	Борщ фасолью	200	6,08	5,82	12,7	127,58	54-19с-2020	13,32
	Рагу из птицы, кролика или субпродуктов	200	14,35	13,39	17,37	248	289	65,63
	Кисель с витаминами и Кальцием "Витошка"	200			24	95		17,00
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,78	47		36,00
	Печенье	40	3	3,92	29,76	117,6		24,40
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>25,03</b>	<b>27,73</b>	<b>99,61</b>	<b>703,18</b>		<b>166,65</b>
	<b>Итого за 10 дней:</b>	<b>8295</b>	<b>264,74</b>	<b>232,6</b>	<b>895</b>	<b>6640,18</b>		<b>1564,10</b>
	<b>Среднее значение</b>	<b>829,5</b>	<b>26,474</b>	<b>23,26</b>	<b>89,5</b>	<b>664,018</b>		<b>156,41</b>
Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях. :Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора,2022								
Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий Пермь 2021								
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4 классов ОО Новосибирск 2020								
*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011г.								