

Согласованно:

Директор

МОАУ СОШ № 32

С.С. Суринский
" 09 " января 2025



Утверждаю:

Директор ООО "КШП

"Валентина"

В.М. Пискунова
" 09 " января 2025



Примерное 10-ти дневное
меню питания учащихся и
детей с ограниченными
возможностями здоровья, с 7
до 11 лет, для
общеобразовательных школ
на осенне-зимний и весенне-
летний период 2024-2025
учебного года

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 понедельник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|----------------------------|-----------|--------|--------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Сыр (порциями) | 12 | 2.78 | 3.54 | | 43.2 | 15 СБР 2011 |
| | Каша "Дружба" | 220 | 5.786 | 12.83 | 0.022 | 204.93 | 260 СБР 2013 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2.8 | 2.5 | 13.6 | 88 | 465 СБР 2021 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 35 | 2.66 | 0.28 | 17.22 | 82.25 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 501 | 16.576 | 22.482 | 56.138 | 560.16 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|----------------------------|-----|--------|--------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Сыр (порциями) | 12 | 2.78 | 3.54 | | 43.2 | 15 СБР 2011 |
| | Каша "Дружба" | 220 | 5.786 | 12.83 | 0.022 | 204.93 | 260 СБР 2013 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2.8 | 2.5 | 13.6 | 88 | 465 СБР 2021 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 35 | 2.66 | 0.28 | 17.22 | 82.25 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 501 | 16.576 | 22.482 | 56.138 | 560.16 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|-----|------|-------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 38.796 | 195.78 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--|-----|--------|-------|--------|--------|--------------|
| | Салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.94 | 69 | 74 СБР 2013 |
| | Борщ Сибирский | 200 | 3.12 | 3.44 | 12.8 | 94.4 | 111 СБР 2004 |
| | Сметана | 7 | 0.175 | 1.05 | 0.25 | 11.37 | 479 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 200 | 14 | 12.86 | 28.69 | 254.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Компот из кураги | 200 | 1.2 | | 31.06 | 126 | 638 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 742 | 25.675 | 22.29 | 112.48 | 718.92 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|----|------|------|------|----|-------------|
| | Салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.94 | 69 | 74 СБР 2013 |
|--|--|----|------|------|------|----|-------------|

| | | | | | | | |
|--|------------------------------|------------|---------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Борщ Сибирский | 200 | 3.12 | 3.44 | 12.8 | 94.4 | 111 СБР 2004 |
| | Сметана | 7 | 0.175 | 1.05 | 0.25 | 11.37 | 479 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 200 | 14 | 12.86 | 28.69 | 254.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Компот из кураги | 200 | 1.2 | | 31.06 | 126 | 638 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 742 | 25.675 | 22.29 | 112.48 | 718.92 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 38.796 | 195.78 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка с маком | 50 | 4.03 | 1.47 | 27 | 137.2 | 772 СБР 2004 |
| | Молоко кипяченое | 180 | 5.2 | 4.5 | 8.64 | 95.4 | 515 СБР 2013 |
| | Апельсин | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 330 | 10.13 | 6.17 | 43.74 | 275.6 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-----------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Тефтели (1 вариант) | 100 | 12 | 14.2 | 11.5 | 226.85 | 461в1СБР2004 |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 6 | 0.7 | 30.9 | 154.67 | 291 СБР 2013 |
| | Чай апельсиновый | 200 | | | 19.95 | 74.73 | Т.Т.К. № 3 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 21.04 | 15.22 | 82.03 | 550.25 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Тефтели (1 вариант) | 100 | 12 | 14.2 | 11.5 | 226.85 | 461в1СБР2004 |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 6 | 0.7 | 30.9 | 154.67 | 291 СБР 2013 |
| | Чай апельсиновый | 200 | | | 19.95 | 74.73 | Т.Т.К. № 3 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 21.04 | 15.22 | 82.03 | 550.25 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|------|------|------|-----|--------------|
| | Пряники | 50 | 2.95 | 2.35 | 37.5 | 183 | 589 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 250 | 2.95 | 2.35 | 37.8 | 198 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Салат из свеклы с яблоками | 60 | 0.72 | 3.24 | 6.78 | 59.4 | 60 СБР 2013 |
| | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2.1 | 5.1 | 14.55 | 112.5 | 154 СБР 2013 |
| | Рагу из птицы | 210 | 16.56 | 17.28 | 19.08 | 297.6 | 407 СБР 2013 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 190 | 1.33 | | 27.55 | 115.9 | 503 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 767 | 24.84 | 26.16 | 92.84 | 707.15 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Салат из свеклы с яблоками | 60 | 0.72 | 3.24 | 6.78 | 59.4 | 60 СБР 2013 |
| | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2.1 | 5.1 | 14.55 | 112.5 | 154 СБР 2013 |
| | Рагу из птицы | 210 | 16.56 | 17.28 | 19.08 | 297.6 | 407 СБР 2013 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 190 | 1.33 | | 27.55 | 115.9 | 503 СБР 2013 |

| | | | | | | | |
|--|--------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 767 | 24.84 | 26.16 | 92.84 | 707.15 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|
| | Пряники | 50 | 2.95 | 2.35 | 37.5 | 183 | 589 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 250 | 2.95 | 2.35 | 37.8 | 198 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------|------------|-------------|------------|--------------|---------------|--------------|
| | Булочка домашняя | 50 | 2.25 | 3.9 | 18.1 | 116.5 | 564 СБР 2013 |
| | Ряженка с сахаром | 205 | 5.8 | 5 | 12.99 | 119.95 | 516 СБР 2013 |
| | Яблоко | 150 | 0.6 | 0.6 | 14.7 | 70.5 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 405 | 8.65 | 9.5 | 45.79 | 306.95 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 среда

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|----------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 135 | 9.72 | 5.13 | 13.41 | 140.14 | Т.Т.К. № 23 |
| | Рагу овощное (3 вариант) | 170 | 4.25 | 15.13 | 22.95 | 247 | 541СБР2004(Зв) |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 44 | 3.34 | 0.35 | 21.65 | 103.4 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 549 | 17.41 | 20.61 | 73.21 | 551.54 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|----------------|
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 135 | 9.72 | 5.13 | 13.41 | 140.14 | Т.Т.К. № 23 |
| | Рагу овощное (3 вариант) | 170 | 4.25 | 15.13 | 22.95 | 247 | 541СБР2004(Зв) |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 44 | 3.34 | 0.35 | 21.65 | 103.4 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 549 | 17.41 | 20.61 | 73.21 | 551.54 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 227 | 0.756 | 0.891 | 21.17 | 109.5 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------------|
| | Икра морковная | 60 | 1.44 | 4.56 | 7.8 | 79.2 | 78 СБР 2004 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1.75 | 4.98 | 7.77 | 82 | 142 СБР 2013 |
| | Сметана | 7 | 0.175 | 1.05 | 0.25 | 11.37 | 479 СБР 2013 |
| | Котлеты рубленные из птицы | 90 | 13.5 | 9.6 | 8.35 | 173 | 294 СБР 2011 |
| | Каша вязкая пшеничная | 170 | 3.57 | 6.8 | 24.14 | 173 | 510 СБР 2004 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.5 | | 27 | 110 | 508 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 45 | 3.42 | 0.36 | 22.14 | 105.75 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 22 | 1.45 | 0.26 | 7.35 | 38.28 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 844 | 25.805 | 27.61 | 104.8 | 772.6 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|------|------|------|------|--------------|
| | Икра морковная | 60 | 1.44 | 4.56 | 7.8 | 79.2 | 78 СБР 2004 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1.75 | 4.98 | 7.77 | 82 | 142 СБР 2013 |

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Сметана | 7 | 0.175 | 1.05 | 0.25 | 11.37 | 479 СБР 2013 |
| | Котлеты рубленные из птицы | 90 | 13.5 | 9.6 | 8.35 | 173 | 294 СБР 2011 |
| | Каша вязкая пшеничная | 170 | 3.57 | 6.8 | 24.14 | 173 | 510 СБР 2004 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.5 | | 27 | 110 | 508 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 45 | 3.42 | 0.36 | 22.14 | 105.75 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 22 | 1.45 | 0.26 | 7.35 | 38.28 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 844 | 25.805 | 27.61 | 104.8 | 772.6 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 227 | 0.756 | 0.891 | 21.17 | 109.5 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| | Булочка "Веснушка" | 60 | 4.69 | 3.69 | 34.2 | 189.9 | 559 СБР 2013 |
| | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1 | 0.2 | 0.2 | 92 | 518 СБР 2013 |
| | Апельсин | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 360 | 6.59 | 4.09 | 42.5 | 324.9 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 четверг

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|----------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.46 | 66.6 | 69 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 200 | 14.1 | 12.96 | 28.9 | 255.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 43 | 3.27 | 0.34 | 21.16 | 101.05 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 503 | 19.15 | 17.56 | 70.52 | 482.75 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.46 | 66.6 | 69 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 200 | 14.1 | 12.96 | 28.9 | 255.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 43 | 3.27 | 0.34 | 21.16 | 101.05 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 503 | 19.15 | 17.56 | 70.52 | 482.75 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|-----|------|-------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 40.296 | 201.78 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|---|-----|-------|-------|--------|-------|--------------|
| | Икра морковная | 70 | 1.68 | 5.32 | 9.1 | 92.4 | 78 СБР 2004 |
| | Рассольник Ленинградский | 200 | 1.64 | 4.2 | 13 | 97 | 134 СБР 2013 |
| | Котлеты рубленные с белокочанной капустой | 90 | 13.3 | 15.85 | 2.98 | 208 | 455 СБР 2004 |
| | Каша вязкая (гречневая) | 160 | 4.8 | 7.2 | 23.84 | 182.4 | 510 СБР 2004 |
| | Компот из свежих плодов или ягод | 200 | 0.5 | 0.2 | 23.1 | 96 | 507 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 48 | 3.65 | 0.38 | 23.62 | 112.8 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 788 | 26.89 | 33.39 | 102.32 | 823.4 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|---|-----|------|-------|------|------|--------------|
| | Икра морковная | 70 | 1.68 | 5.32 | 9.1 | 92.4 | 78 СБР 2004 |
| | Рассольник Ленинградский | 200 | 1.64 | 4.2 | 13 | 97 | 134 СБР 2013 |
| | Котлеты рубленные с белокочанной капустой | 90 | 13.3 | 15.85 | 2.98 | 208 | 455 СБР 2004 |

| | | | | | | | |
|---------------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Каша вязкая (гречневая) | 160 | 4.8 | 7.2 | 23.84 | 182.4 | 510 СБР 2004 |
| | Компот из свежих плодов или ягод | 200 | 0.5 | 0.2 | 23.1 | 96 | 507 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 48 | 3.65 | 0.38 | 23.62 | 112.8 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| Итого: | | 788 | 26.89 | 33.39 | 102.32 | 823.4 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|---------------|---------------|------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| Итого: | | 234 | 2.65 | 3.332 | 40.296 | 201.78 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|-------------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|
| | Крендель сахарный | 50 | 3.46 | 6.5 | 29.4 | 190 | 555 СБР 2013 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5.8 | 5 | 9.6 | 106 | 515 СБР 2013 |
| | Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 112 СБР 2013 |
| Итого: | | 350 | 9.66 | 11.9 | 48.8 | 343 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 пятница

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Тефтели из птицы | 75 | 12.09 | 3.13 | 7.73 | 111.1 | Т.Т.К. № 10 |
| | Картофельное пюре | 170 | 3.57 | 7.65 | 24.82 | 185.3 | 429 СБР 2013 |
| | Фруктовый чай | 200 | | | 19.63 | 73.45 | Т.Т.К. № 4 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 56 | 4.26 | 0.45 | 27.55 | 131.6 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 501 | 19.92 | 11.23 | 79.73 | 501.45 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Тефтели из птицы | 75 | 12.09 | 3.13 | 7.73 | 111.1 | Т.Т.К. № 10 |
| | Картофельное пюре | 170 | 3.57 | 7.65 | 24.82 | 185.3 | 429 СБР 2013 |
| | Фруктовый чай | 200 | | | 19.63 | 73.45 | Т.Т.К. № 4 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 56 | 4.26 | 0.45 | 27.55 | 131.6 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 501 | 19.92 | 11.23 | 79.73 | 501.45 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|------|------|------|-----|--------------|
| | Пряники | 50 | 2.95 | 2.35 | 37.5 | 183 | 589 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 250 | 2.95 | 2.35 | 37.8 | 198 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Салат из свеклы с сыром | 60 | 1.68 | 7.26 | 4.26 | 89 | 55 СБР 2013 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1.4 | 3.98 | 6.22 | 66 | 142 СБР 2013 |
| | Котлеты (особые) | 90 | 12.2 | 14.38 | 9.09 | 213.75 | 269 СБР 2011 |
| | Пюре из гороха | 170 | 16.55 | 1.64 | 32.8 | 197.6 | 417 СБР 2013 |
| | Компот из кураги | 180 | 1.08 | | 27.95 | 113.4 | 638 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 760 | 37.27 | 27.82 | 106.68 | 808.55 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|------|-------|------|--------|--------------|
| | Салат из свеклы с сыром | 60 | 1.68 | 7.26 | 4.26 | 89 | 55 СБР 2013 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1.4 | 3.98 | 6.22 | 66 | 142 СБР 2013 |
| | Котлеты (особые) | 90 | 12.2 | 14.38 | 9.09 | 213.75 | 269 СБР 2011 |

| | | | | | | | |
|---------------|--------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Пюре из гороха | 170 | 16.55 | 1.64 | 32.8 | 197.6 | 417 СБР 2013 |
| | Компот из кураги | 180 | 1.08 | | 27.95 | 113.4 | 638 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| Итого: | | 760 | 37.27 | 27.82 | 106.68 | 808.55 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|---------------|----------------|-----|------|------|------|-----|--------------|
| | Пряники | 50 | 2.95 | 2.35 | 37.5 | 183 | 589 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| Итого: | | 250 | 2.95 | 2.35 | 37.8 | 198 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|-------------------|-----|-------|------|-------|--------|--------------|
| | Булочка с маком | 50 | 4.03 | 1.47 | 27 | 137.2 | 772 СБР 2004 |
| | Ряженка с сахаром | 205 | 5.8 | 5 | 12.99 | 119.95 | 516 СБР 2013 |
| | Апельсин | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | 112 СБР 2013 |
| Итого: | | 355 | 10.73 | 6.67 | 48.09 | 300.15 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 понедельник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 112 СБР 2013 |
| | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 30 | 0.9 | 3.15 | 15.3 | 93 | 96 СБР 2013 |
| | Каша пшенная вязкая с сахаром | 190 | 7.8 | 11.57 | 38.4 | 289 | 258 СБР 2013 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 3.2 | 2.7 | 15.9 | 79 | 501 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 57 | 4.33 | 0.46 | 28.04 | 133.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 557 | 16.63 | 18.28 | 107.44 | 641.95 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 112 СБР 2013 |
| | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 30 | 0.9 | 3.15 | 15.3 | 93 | 96 СБР 2013 |
| | Каша пшенная вязкая с сахаром | 190 | 7.8 | 11.57 | 38.4 | 289 | 258 СБР 2013 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 3.2 | 2.7 | 15.9 | 79 | 501 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 57 | 4.33 | 0.46 | 28.04 | 133.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 557 | 16.63 | 18.28 | 107.44 | 641.95 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|-----|------|-------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 40.296 | 201.78 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
| | Суп из овощей с фасолью | 200 | 2.9 | 3.52 | 12.24 | 92 | 143 СБР 2013 |
| | Мясные колбаски с овощами в соусе | 120 | 8.64 | 4.57 | 11.94 | 124.57 | Т.Т.К. № 14 |
| | Макаронные изделия отварные | 170 | 6.35 | 0.79 | 32.86 | 164.3 | 291 СБР 2013 |
| | Компот из яблок с лимоном | 200 | 0.3 | 0.2 | 25.81 | 103 | 509 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 45 | 3.42 | 0.36 | 22.14 | 105.75 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 24 | 1.58 | 0.29 | 8.02 | 41.76 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 819 | 23.97 | 16.21 | 117.09 | 709.38 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|----|------|------|------|----|-------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
|--|-----------------------------|----|------|------|------|----|-------------|

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Суп из овощей с фасолью | 200 | 2.9 | 3.52 | 12.24 | 92 | 143 СБР 2013 |
| | Мясные колбаски с овощами в соусе | 120 | 8.64 | 4.57 | 11.94 | 124.57 | Т.Т.К. № 14 |
| | Макаронные изделия отварные | 170 | 6.35 | 0.79 | 32.86 | 164.3 | 291 СБР 2013 |
| | Компот из яблок с лимоном | 200 | 0.3 | 0.2 | 25.81 | 103 | 509 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 45 | 3.42 | 0.36 | 22.14 | 105.75 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 24 | 1.58 | 0.29 | 8.02 | 41.76 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 819 | 23.97 | 16.21 | 117.09 | 709.38 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|------------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 40.296 | 201.78 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка домашняя | 50 | 2.25 | 3.9 | 18.1 | 116.5 | 564 СБР 2013 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5.8 | 5 | 9.6 | 106 | 515 СБР 2013 |
| | Яблоко | 130 | 0.52 | 0.52 | 12.74 | 61.1 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 380 | 8.57 | 9.42 | 40.44 | 283.6 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|----------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.46 | 66.6 | 69 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 200 | 14.1 | 12.96 | 28.9 | 255.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 47 | 3.57 | 0.38 | 23.12 | 110.45 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 507 | 19.45 | 17.6 | 72.48 | 492.15 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.46 | 66.6 | 69 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 200 | 14.1 | 12.96 | 28.9 | 255.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 47 | 3.57 | 0.38 | 23.12 | 110.45 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 507 | 19.45 | 17.6 | 72.48 | 492.15 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|------|------|------|-----|--------------|
| | Пряники | 50 | 2.95 | 2.35 | 37.5 | 183 | 589 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 250 | 2.95 | 2.35 | 37.8 | 198 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|-------|-------|--------|-------|--------------|
| | Салат из свежих помидоров | 60 | 0.6 | 6.12 | 2.1 | 66 | 22 СБР 2013 |
| | Борщ с фасолью и картофелем | 200 | 3.12 | 4.32 | 13.36 | 104.8 | 129 СБР 2013 |
| | Тефтели (1 вариант) | 90 | 11.08 | 13.14 | 11.22 | 209.4 | 461в1СБР2004 |
| | Каша вязкая пшеничная | 170 | 3.57 | 6.8 | 24.14 | 173 | 510 СБР 2004 |
| | Компот из плодов или ягод сушеных | 180 | 0.27 | | 18.09 | 73 | 512 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3.8 | 0.4 | 24.6 | 117.5 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 775 | 24.09 | 31.08 | 101.86 | 787.2 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Салат из свежих помидоров | 60 | 0.6 | 6.12 | 2.1 | 66 | 22 СБР 2013 |
| | Борщ с фасолью и картофелем | 200 | 3.12 | 4.32 | 13.36 | 104.8 | 129 СБР 2013 |
| | Тефтели (1 вариант) | 90 | 11.08 | 13.14 | 11.22 | 209.4 | 461в1СБР2004 |

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Каша вязкая пшеничная | 170 | 3.57 | 6.8 | 24.14 | 173 | 510 СБР 2004 |
| | Компот из плодов или ягод сушеных | 180 | 0.27 | | 18.09 | 73 | 512 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3.8 | 0.4 | 24.6 | 117.5 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 775 | 24.09 | 31.08 | 101.86 | 787.2 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|--------------|
| | Пряники | 50 | 2.95 | 2.35 | 37.5 | 183 | 589 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 250 | 2.95 | 2.35 | 37.8 | 198 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Сдоба обыкновенная | 50 | 4.29 | 2.33 | 29.4 | 156 | 570 СБР 2013 |
| | Ряженка | 180 | 5.4 | 10.8 | 7.38 | 152.1 | 698 СБР 2004 |
| | Яблоко | 130 | 0.52 | 0.52 | 12.74 | 61.1 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 360 | 10.21 | 13.65 | 49.52 | 369.2 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 среда

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|----------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Сыр (порциями) | 10 | 2.32 | 2.95 | | 35.8 | 15 СБР 2011 |
| | Котлеты домашние | 55 | 7.5 | 8.75 | 5.55 | 130.6 | 271 СБР 2011 |
| | Рагу овощное (3 вариант) | 180 | 4.5 | 16.02 | 24.3 | 224.2 | 541СБР2004(3в) |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 18.6 | 28.16 | 72.11 | 580.85 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--------------------------|-----|------|-------|-------|--------|----------------|
| | Сыр (порциями) | 10 | 2.32 | 2.95 | | 35.8 | 15 СБР 2011 |
| | Котлеты домашние | 55 | 7.5 | 8.75 | 5.55 | 130.6 | 271 СБР 2011 |
| | Рагу овощное (3 вариант) | 180 | 4.5 | 16.02 | 24.3 | 224.2 | 541СБР2004(3в) |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 18.6 | 28.16 | 72.11 | 580.85 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 227 | 0.756 | 0.891 | 21.17 | 109.5 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | 0.42 | 0.06 | 1.14 | 7.2 | 71 СБР 2011 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2.7 | 2.85 | 18.8 | 122 | 147 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 105 | 7.56 | 3.99 | 10.43 | 109 | Т.Т.К. № 23 |
| | Картофель тушеный | 160 | 3.36 | 10.24 | 29.6 | 193.6 | 216 СБР 2004 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1.4 | | 29 | 122 | 503 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 850 | 20.94 | 17.82 | 122.71 | 717.85 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|----|------|------|------|-----|-------------|
| | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | 0.42 | 0.06 | 1.14 | 7.2 | 71 СБР 2011 |
|--|-----------------------------------|----|------|------|------|-----|-------------|

| | | | | | | | |
|--|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2.7 | 2.85 | 18.8 | 122 | 147 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 105 | 7.56 | 3.99 | 10.43 | 109 | Т.Т.К. № 23 |
| | Картофель тушеный | 160 | 3.36 | 10.24 | 29.6 | 193.6 | 216 СБР 2004 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1.4 | | 29 | 122 | 503 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 850 | 20.94 | 17.82 | 122.71 | 717.85 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 227 | 0.756 | 0.891 | 21.17 | 109.5 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|--------------|
| | Крендель сахарный | 70 | 4.8 | 9.1 | 41.2 | 266 | 555 СБР 2013 |
| | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1 | 0.2 | 0.2 | 92 | 518 СБР 2013 |
| | Апельсин | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 370 | 6.7 | 9.5 | 49.5 | 401 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 четверг

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-------------------------------------|-----------|-------|------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Котлеты рубленые из птицы с овощами | 80 | 8.43 | 8.4 | 8.22 | 136.8 | Т.Т.К. № 7 |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 6 | 0.7 | 30.9 | 154.67 | 291 СБР 2013 |
| | Чай с вареньем | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 60 | 4.56 | 0.48 | 29.52 | 141 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 19.09 | 9.58 | 83.64 | 492.47 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|--------------|
| | Котлеты рубленые из птицы с овощами | 80 | 8.43 | 8.4 | 8.22 | 136.8 | Т.Т.К. № 7 |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 6 | 0.7 | 30.9 | 154.67 | 291 СБР 2013 |
| | Чай с вареньем | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 60 | 4.56 | 0.48 | 29.52 | 141 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 19.09 | 9.58 | 83.64 | 492.47 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|-----|------|-------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 40.296 | 201.78 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1.46 | 4 | 8.52 | 76 | 128 СБР 2013 |
| | Рагу из птицы | 195 | 15.18 | 15.84 | 17.49 | 272.8 | 407 СБР 2013 |
| | Компот из свежего яблока | 200 | 0.6 | | 46.6 | 182 | 631 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 51 | 3.88 | 0.41 | 25.09 | 119.85 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 731 | 23.55 | 27.03 | 110.13 | 772.15 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1.46 | 4 | 8.52 | 76 | 128 СБР 2013 |
| | Рагу из птицы | 195 | 15.18 | 15.84 | 17.49 | 272.8 | 407 СБР 2013 |
| | Компот из свежего яблока | 200 | 0.6 | | 46.6 | 182 | 631 СБР 2004 |

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Хлеб пшеничный в/с | 51 | 3.88 | 0.41 | 25.09 | 119.85 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 731 | 23.55 | 27.03 | 110.13 | 772.15 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------|-----|------|-------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 34 | 2.55 | 3.332 | 25.296 | 141.78 | 590 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 234 | 2.65 | 3.332 | 40.296 | 201.78 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|---------------------|-----|------|-----|------|-------|--------------|
| | Ватрушки с повидлом | 50 | 3.08 | 1.4 | 34 | 161.5 | 540 СБР 2013 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5.8 | 5 | 9.6 | 106 | 515 СБР 2013 |
| | Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 350 | 9.28 | 6.8 | 53.4 | 314.5 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 пятница

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Гуляш (из свинины) | 100 | 7.2 | 21.44 | 3.2 | 235.12 | 401 СБР 1996 |
| | Каша вязкая (гречневая) | 220 | 6.6 | 9.9 | 32.78 | 250.8 | 510 СБР 2004 |
| | Чай апельсиновый | 200 | | | 19.95 | 74.73 | Т.Т.К. № 3 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 557 | 16.61 | 31.64 | 74.13 | 647.6 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Гуляш (из свинины) | 100 | 7.2 | 21.44 | 3.2 | 235.12 | 401 СБР 1996 |
| | Каша вязкая (гречневая) | 220 | 6.6 | 9.9 | 32.78 | 250.8 | 510 СБР 2004 |
| | Чай апельсиновый | 200 | | | 19.95 | 74.73 | Т.Т.К. № 3 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 557 | 16.61 | 31.64 | 74.13 | 647.6 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 227 | 0.756 | 0.891 | 21.17 | 109.5 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Салат "Летний" | 60 | 1.38 | 4.38 | 3.6 | 60 | 32 СБР 2013 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4.96 | 4.48 | 17.84 | 133.6 | 139 СБР 2004 |
| | Плов из птицы | 200 | 14 | 12.86 | 28.69 | 254.1 | 492 СБР 2004 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.5 | | 27 | 110 | 508 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2.31 | 0.42 | 11.69 | 60.9 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 750 | 27.33 | 22.58 | 115.88 | 747.85 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|------|-------|-------|-------|--------------|
| | Салат "Летний" | 60 | 1.38 | 4.38 | 3.6 | 60 | 32 СБР 2013 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4.96 | 4.48 | 17.84 | 133.6 | 139 СБР 2004 |
| | Плов из птицы | 200 | 14 | 12.86 | 28.69 | 254.1 | 492 СБР 2004 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.5 | | 27 | 110 | 508 СБР 2013 |

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Хлеб пшеничный в/с | 55 | 4.18 | 0.44 | 27.06 | 129.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2.31 | 0.42 | 11.69 | 60.9 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 750 | 27.33 | 22.58 | 115.88 | 747.85 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|----------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Чай без сахара | 200 | | | 0.3 | 15 | ТТК № 1 |
| | Итого: | 227 | 0.756 | 0.891 | 21.17 | 109.5 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------|-----|-------|------|-------|--------|--------------|
| | Булочка с маком | 50 | 4.03 | 1.47 | 27 | 137.2 | 772 СБР 2004 |
| | Ряженка с сахаром | 205 | 5.8 | 5 | 12.99 | 119.95 | 516 СБР 2013 |
| | Апельсин | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 355 | 10.73 | 6.67 | 48.09 | 300.15 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Ведомость контроля за рационом питания

с 10/2/2023 по

| Режим питания: трехразовое | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|------|------|------|------|------|-------|------|------|------|------------------|-----------------|-------------------------------|--------------|
| Возрастная категория: от 7 до 11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции | Количество пищевой продукции в граммах (нетто) | | | | | | | | | | Всего за 10 дней | Всего за 1 день | Отклонение от нормы в % (+/-) | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | | |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 52 | 25 | 25 | 20 | 30 | 20 | 15 | 20 | 15 | 20 | 25 | 215 | 21.5 | -58.65384615 |
| Хлеб пшеничный | 97 | 99 | 115 | 125 | 105 | 99 | 101 | 114 | 105 | 101 | 89 | 1053 | 105.3 | 8.556701031 |
| Мука пшеничная | 10 | 47 | 66 | 65 | 61 | 84 | 43 | 65 | 50 | 72 | 12 | 565 | 56.5 | 465 |
| Крупы, бобовые | 30 | 120 | 50 | 85 | 65 | 41 | 104 | 136 | 72 | 30.5 | 163 | 866.5 | 86.65 | 188.8333333 |
| Макаронные изделия | 10 | | 54 | | 8 | 55 | 10 | | 55 | | | 182 | 18.2 | 82 |
| Картофель | 121 | 38 | 30 | 230 | 60 | 30 | 74 | 50 | 50 | 150 | 155 | 867 | 86.7 | -28.34710744 |
| Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-поре, зелень. | 182 | 95 | 140 | 52 | 110 | 130 | 54 | 140 | 100 | 165 | 82 | 1068 | 106.8 | -41.31868132 |
| Фрукты свежие | 120 | 220 | 190 | | 120 | 12 | 50 | 135 | 200 | 120 | | 1047 | 104.7 | -12.75 |
| Сухофрукты | 10 | | 6 | 28 | | 25 | 18 | | 9 | 20 | | 106 | 10.6 | 6 |
| Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные | 130 | 180 | | | 200 | | | | 200 | 200 | | 780 | 78 | -40 |
| Мясо I категории | 45.5 | | 63 | 32 | 72 | 44 | 38 | 59 | 72 | 44 | 48.5 | 472.5 | 47.25 | 3.846153846 |
| Субпродукты (печень, язык, сердце) | 20 | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Филе грудки | 23 | 73 | 68 | 74 | 65 | 87 | | 87 | 58 | 55 | 76 | 643 | 64.3 | 179.5652174 |
| Рыба-филе, в т.ч. филе слабо или малосоленое | 38 | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%) | 195 | 93.5 | | 239 | | | 153.5 | | | | | 486 | 48.6 | -75.07692308 |
| Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%,3,2 %) | 97 | | 200 | | | 200 | 190 | 200 | | | 200 | 990 | 99 | 2.06185567 |
| Творог (массовая доля жира не более 9%) | 32.5 | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Сыр | 6.5 | 15 | | | | | 18 | | | | | 33 | 3.3 | -49.23076923 |
| Сметана(массовая доля жира не более 15%) | 6.5 | 9 | 11.3 | | | 4.2 | 1 | 14.2 | | | 12.5 | 52.2 | 5.22 | -19.69230769 |
| Масло сливочное | 19.5 | 18.8 | 5 | 14 | 7 | 7.2 | 18.5 | | 5.5 | 7 | 8 | 91 | 9.1 | -53.33333333 |
| Масло растительное | 10 | 17.5 | 30.4 | 24.6 | 35.3 | 26.6 | 14.2 | 32.8 | 32 | 40 | 25.8 | 279.2 | 27.92 | 179.2 |
| Яйцо диетическое | 26 | 43 | 21 | 16.2 | | 4.5 | 6 | 2 | 6.3 | 11 | 8.8 | 118.8 | 11.88 | -54.30769231 |
| Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержание сахара, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой продукции) | 19.5 | 46.7 | 44.3 | 53.4 | 37.5 | 38.5 | 80.7 | 45.4 | 42.4 | 41.6 | 35.9 | 466.4 | 46.64 | 139.1794872 |
| Кондитерские изделия | 6.5 | 15 | | | | | 30 | | | | | 45 | 4.5 | -30.76923077 |
| Чай | 0.65 | 0.5 | 0.5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0.5 | 1 | 8.5 | 0.85 | 30.76923077 |
| Какао (кофейный напиток) | 0.65 | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0.13 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.8 | 0.5 | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 0.9 | 0.6 | 6.5 | 0.65 | 400 |
| Соль | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 | 2 | 0 |

Подпись медицинского работника и дата:

Директор ООО "КШП "Валентина"

В.М.Пискунова

Фактически выдано продуктов в нетто по дням в качестве горячих завтраков (всего), г на одного человека/количество питающихся

| Норма калорийности за 12 дней по Сан Пин 2.4.5.2409-2008 года для учащихся старше 11 лет (60 % от нормы) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | Итого за 12 дней | Срднее за 12 дней | Отклонение от нормы в % (+\(-) |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|------------------|-------------------|--------------------------------|
| 1627.8 | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |

| |
|---|
| Отклонен ие от нормы по количес тву (+\ -) |
| -1627.8 |

Список используемой литературы

СБР 2004 - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004 г.

СБР 2001 - Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2001 г.

СБР 2011 - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели принт г.

СБР 2013 - Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений профессионального образования, специальных учреждений для несовершеннолетних нуждающихся в социальной реабилитации. Пермь 2013 ООО "Уральский региональный центр питания".

ї для
ПЬНЫХ

пюД и

ихся
Г 2011

ур

петних,
ЮО

