

Согласовано:

Директор

МОАУ СОШ № 32

2024

*Суп. Сергеев ОН*



Утверждаю

Директор

ООО КЦП "Валентина"

Пискунова В.М.

6

мая

2024



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 2022-2023 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Вафля	27	0.756	0.891	20.87	94.5	588 СБР 2013
	Сыр (порциями)	16	3.7	4.73		57.6	15 СБР 2011
	Каша "Дружба"	220	5.786	12.83	0.022	204.93	260 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	37	2.81	0.3	18.2	86.95	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	500	14.552	20.051	54.992	524.98	

#### Завтрак ОВЗ

	Вафля	27	0.756	0.891	20.87	94.5	588 СБР 2013
	Сыр (порциями)	16	3.7	4.73		57.6	15 СБР 2011
	Каша "Дружба"	220	5.786	12.83	0.022	204.93	260 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	37	2.81	0.3	18.2	86.95	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	500	14.552	20.051	54.992	524.98	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	230	3.19	1.4	47.5	201	

#### 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
	Котлеты рубленные из птицы с овощами	90	9.48	9.47	11	154	Т.Т.К. № 7
	Каша гречневая рассыпчатая	170	9.69	8.87	42	286.7	237 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	190	0.57		44.27	173	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	44	3.34	0.35	21.65	103.4	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	784	27.3	29.53	141.54	923.3	

#### 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
Котлеты рубленные из птицы с овощами	90	9.48	9.47	11	154	Т.Т.К. № 7
Каша гречневая рассыпчатая	170	9.69	8.87	42	286.7	237 СБР 2013
Компот из свежего яблока	190	0.57		44.27	173	631 СБР 2004
Хлеб пшеничный в/с	44	3.34	0.35	21.65	103.4	108 СБР 2013
Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>	<b>784</b>	<b>27.3</b>	<b>29.53</b>	<b>141.54</b>	<b>923.3</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

Сдоба Выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>3.2</b>	<b>1.4</b>	<b>49</b>	<b>207</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

"Гребешок" из дрожжевого теста	100	10	82.3	82.3	428	573 СБР 2013
Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0.2	0.2	92	518 СБР 2013
Апельсин	50	0.45	0.1	4.05	21.5	112 СБР 2013
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>11.45</b>	<b>82.6</b>	<b>86.55</b>	<b>541.5</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Гуляш из птицы	100	9.6	9.52	3.44	140	Т.Т.К. № 9
	Макаронные изделия отварные	190	7.16	0.85	36.7	183.7	291 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	38	2.89	0.3	18.7	89.3	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>19.75</b>	<b>10.67</b>	<b>73.84</b>	<b>473</b>	

#### Завтрак ОВЗ

	Гуляш из птицы	100	9.6	9.52	3.44	140	Т.Т.К. № 9
	Макаронные изделия отварные	190	7.16	0.85	36.7	183.7	291 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	38	2.89	0.3	18.7	89.3	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>19.75</b>	<b>10.67</b>	<b>73.84</b>	<b>473</b>	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>2.99</b>	<b>1.1</b>	<b>42.5</b>	<b>192</b>	

#### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1.86	6.84	5.88	92	65 СБР 2013
	Рассольник Ленинградский	200	1.64	4.2	13	97	134 СБР 2013
	Тефтели (2 вариант)	90	8.38	11.3	7.78	172.3	462в2СБР2004
	Каша ячневая вязкая	160	5.12	6.56	34.08	219.02	303 СБР 2011
	Компот из апельсинов с яблоками	180	0.45	0.18	19.98	83.7	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	35	2.66	0.28	17.22	82.25	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>22.09</b>	<b>29.72</b>	<b>107.96</b>	<b>798.47</b>	

#### Обед ОВЗ

	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1.86	6.84	5.88	92	65 СБР 2013
	Рассольник Ленинградский	200	1.64	4.2	13	97	134 СБР 2013
	Тефтели (2 вариант)	90	8.38	11.3	7.78	172.3	462в2СБР2004

	Каша ячневая вязкая	160	5.12	6.56	34.08	219.02	303 СБР 2011
	Компот из апельсинов с яблоками	180	0.45	0.18	19.98	83.7	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	35	2.66	0.28	17.22	82.25	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>22.09</b>	<b>29.72</b>	<b>107.96</b>	<b>798.47</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>2.99</b>	<b>1.1</b>	<b>42.5</b>	<b>192</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Булочка домашняя	100	7.5	13	60	388	564 СБР 2013
	Ряженка	200	6	12	8.2	169	698 СБР 2004
	Яблоко	80	0.32	0.32	7.84	37.6	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>13.82</b>	<b>25.32</b>	<b>76.04</b>	<b>594.6</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	30	0.9	3.15	15.3	93	96 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	90	6.48	3.46	8.97	93.44	Т.Т.К. № 23
	Картофельное пюре	170	3.57	7.65	24.82	185.3	429 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	523	13.56	14.52	80.53	510.29	

#### Завтрак ОВЗ

	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	30	0.9	3.15	15.3	93	96 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	90	6.48	3.46	8.97	93.44	Т.Т.К. № 23
	Картофельное пюре	170	3.57	7.65	24.82	185.3	429 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	523	13.56	14.52	80.53	510.29	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	240	4.381	8.28	46.98	277.8	

#### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат овощной с зеленым горошком	60	1.68	4.26	5.46	66.6	69 СБР 2013
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2.58	2.77	18.55	109	158 СБР 2013
	Курочка с рисом по-домашнему	215	14.5	13.8	29.3	271	Т.Т.К. № 16
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1.4		29	122	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	50	3.8	0.4	24.6	117.5	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	805	25.94	21.59	116.93	738.3	

#### Обед ОВЗ

	Салат овощной с зеленым горошком	60	1.68	4.26	5.46	66.6	69 СБР 2013
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2.58	2.77	18.55	109	158 СБР 2013

	Курочка с рисом по-домашнему	215	14.5	13.8	29.3	271	Т.Т.К. № 16
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1.4		29	122	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	50	3.8	0.4	24.6	117.5	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>805</b>	<b>25.94</b>	<b>21.59</b>	<b>116.93</b>	<b>738.3</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		18	60	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>260</b>	<b>4.3</b>	<b>8.28</b>	<b>51.48</b>	<b>285.6</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Булочка "Веснушка"	100	7.83	6.166	57	316.66	559 СБР 2013
	Молоко кипяченое	200	5.8	5	9.6	106	515 СБР 2013
	Апельсин	50	0.45	0.1	4.05	21.5	112 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>350</b>	<b>14.08</b>	<b>11.266</b>	<b>70.65</b>	<b>444.16</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95		35.8	15 СБР 2011
	Мясные колбаски с овощами в соусе	100	7.02	3.75	9.7	101.2	Т.Т.К. № 14
	Рис припущенный	170	4	6.8	36.72	224.8	415 СБР 2013
	Чай с джемом	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	29	2.2	0.23	14.27	68.15	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	509	15.64	13.73	75.69	489.95	

#### Завтрак ОВЗ

	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95		35.8	15 СБР 2011
	Мясные колбаски с овощами в соусе	100	7.02	3.75	9.7	101.2	Т.Т.К. № 14
	Рис припущенный	170	4	6.8	36.72	224.8	415 СБР 2013
	Чай с джемом	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	29	2.2	0.23	14.27	68.15	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	509	15.64	13.73	75.69	489.95	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба Выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	230	3.19	1.4	47.5	201	

#### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.3	5.04	53.4	50 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	2.3	4.25	15.1	107	144 СБР 2013
	Тефтели из птицы	95	12.56	3.25	10.05	144.43	Т.Т.К. № 10
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11.6	10.4	56.8	372	237 СБР 2013
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0.3		20.1	81	512 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	39	2.96	0.31	19.19	91.65	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	869	32.27	21.81	134.63	892.98	

#### Обед ОВЗ

	Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.3	5.04	53.4	50 СБР 2013
--	--------------------------	----	-----	-----	------	------	-------------



	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	2.3	4.25	15.1	107	144 СБР 2013
	Тефтели из птицы	95	12.56	3.25	10.05	144.43	Т.Т.К. № 10
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11.6	10.4	56.8	372	237 СБР 2013
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0.3		20.1	81	512 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	39	2.96	0.31	19.19	91.65	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>869</b>	<b>32.27</b>	<b>21.81</b>	<b>134.63</b>	<b>892.98</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Сдоба Выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>3.2</b>	<b>1.4</b>	<b>49</b>	<b>207</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Крендель сахарный	100	6.9	13	58.8	380	555 СБР 2013
	Соки фруктовые или ягодные	200	1	0.2	0.2	110	707 СБР 2004
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>8.3</b>	<b>13.6</b>	<b>68.8</b>	<b>537</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Пюре из гороха	180	17.5	1.7	34.8	209	417 СБР 2013
	Фруктовый чай с яблоком	200	0.2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>32.41</b>	<b>16.27</b>	<b>85.13</b>	<b>585.55</b>	

#### Завтрак ОВЗ

	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Пюре из гороха	180	17.5	1.7	34.8	209	417 СБР 2013
	Фруктовый чай с яблоком	200	0.2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>32.41</b>	<b>16.27</b>	<b>85.13</b>	<b>585.55</b>	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>2.99</b>	<b>1.1</b>	<b>42.5</b>	<b>192</b>	

#### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Икра морковная	60	1.44	4.56	7.8	79.2	78 СБР 2004
	Суп картофельный с крупой	250	2.5	3	18.3	113	138 СБР 2004
	Рагу из птицы	195	15.37	12.9	17.7	276	407 СБР 2013
	Компот из смеси сухофруктов	190	0.47		25.65	104.5	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	39	2.96	0.31	19.19	91.65	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>759</b>	<b>24.39</b>	<b>21.07</b>	<b>96.99</b>	<b>707.85</b>	

#### Обед ОВЗ

	Икра морковная	60	1.44	4.56	7.8	79.2	78 СБР 2004
	Суп картофельный с крупой	250	2.5	3	18.3	113	138 СБР 2004
	Рагу из птицы	195	15.37	12.9	17.7	276	407 СБР 2013
	Компот из смеси сухофруктов	190	0.47		25.65	104.5	508 СБР 2013

	Хлеб пшеничный в/с	39	2.96	0.31	19.19	91.65	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	759	24.39	21.07	96.99	707.85	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	230	2.99	1.1	42.5	192	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Булочка с маком	100				276	772 СБР 2004
	Ряженка с сахаром	205	5.8	5	12.99	119.95	516 СБР 2013
	Апельсин	50	0.45	0.1	4.05	21.5	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	355	6.25	5.1	17.04	417.45	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Сыр (порциями)	12	2.78	3.54		43.2	15 СБР 2011
	Бутерброды с джемом или повидлом	40	1.7	2.8	19.7	111	2 СБР 2004
	Каша пшенная вязкая с сахаром	210	8.72	12.86	47.18	338.9	258 СБР 2013
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	1.4	1.6	17.35	89.32	259 СБР 2001
	Хлеб пшеничный в/с	38	2.89	0.3	18.7	89.3	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	500	17.49	21.1	102.93	671.72	

**Завтрак ОВЗ**

	Сыр (порциями)	12	2.78	3.54		43.2	15 СБР 2011
	Бутерброды с джемом или повидлом	40	1.7	2.8	19.7	111	2 СБР 2004
	Каша пшенная вязкая с сахаром	210	8.72	12.86	47.18	338.9	258 СБР 2013
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	1.4	1.6	17.35	89.32	259 СБР 2001
	Хлеб пшеничный в/с	38	2.89	0.3	18.7	89.3	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	500	17.49	21.1	102.93	671.72	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Сдоба выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	230	3.19	1.4	47.5	201	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.3	5.04	53.4	50 СБР 2013
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1.75	4.98	7.77	82	142 СБР 2013
	Сметана	5	0.13	0.75	0.18	8.1	479 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	160	3.96	7.34	30	258.56	Т.Т.К. № 15
	Компот из яблок с лимоном	190	0.28	0.19	23.8	97.85	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	41	3.12	0.33	20.17	96.35	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	821	23.99	31.5	104.4	853.76	

**Обед ОВЗ**

Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.3	5.04	53.4	50 СБР 2013
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1.75	4.98	7.77	82	142 СБР 2013
Сметана	5	0.13	0.75	0.18	8.1	479 СБР 2013
Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
Каша перловая рассыпчатая с овощами	160	3.96	7.34	30	258.56	Т.Т.К. № 15
Компот из яблок с лимоном	190	0.28	0.19	23.8	97.85	509 СБР 2013
Хлеб пшеничный в/с	41	3.12	0.33	20.17	96.35	108 СБР 2013
Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>	<b>821</b>	<b>23.99</b>	<b>31.5</b>	<b>104.4</b>	<b>853.76</b>	

#### Обед ОВЗ дополнительно

Сдоба Выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
Чай с сахаром	180	0.09		13.5	54	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>3.19</b>	<b>1.4</b>	<b>47.5</b>	<b>201</b>	

#### Полдник с 7 до 11 лет

Шанежка с яблоками	100	5.2	15.4	52.4	368	551 СБР 2013
Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0.2	0.2	92	518 СБР 2013
Апельсин	50	0.45	0.1	4.05	21.5	112 СБР 2013
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>6.65</b>	<b>15.7</b>	<b>56.65</b>	<b>481.5</b>	

## Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

### Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: 2 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	№ рецептуры
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Икра морковная	50	1.2	3.8	6.5	66	78 СБР 2004
	Куручка с рисом по-домашнему	200	14.1	12.96	28.9	255.1	Т.Т.К. № 16
	Чай с сахаром	200	0.1		18	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	53	4.03	0.42	26.08	124.55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	503	19.43	17.18	79.48	505.65	

**Завтрак ОВЗ**

	Икра морковная	50	1.2	3.8	6.5	66	78 СБР 2004
	Куручка с рисом по-домашнему	200	14.1	12.96	28.9	255.1	Т.Т.К. № 16
	Чай с сахаром	200	0.1		18	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	53	4.03	0.42	26.08	124.55	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	503	19.43	17.18	79.48	505.65	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	180	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	240	4.381	8.28	46.98	277.8	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат картофельный с огурцами солеными	60	1.02	3.18	6.3	57.6	66 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1.84	3.4	12.1	86	144 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	105	7.56	3.99	10.43	109	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	190	10.83	9.88	54	353	237 СБР 2013
	Компот из кураги	190	1.14		29.5	119.7	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	48	3.65	0.38	23.62	112.8	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	818	27.69	21.13	144.3	881.6	

**Обед ОВЗ**

	Салат картофельный с огурцами солеными	60	1.02	3.18	6.3	57.6	66 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1.84	3.4	12.1	86	144 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	105	7.56	3.99	10.43	109	Т.Т.К. № 23

	Каша гречневая рассыпчатая	190	10.83	9.88	54	353	237 СБР 2013
	Компот из кураги	190	1.14		29.5	119.7	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в\с	48	3.65	0.38	23.62	112.8	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>818</b>	<b>27.69</b>	<b>21.13</b>	<b>144.3</b>	<b>881.6</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		18	60	493 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>260</b>	<b>4.3</b>	<b>8.28</b>	<b>51.48</b>	<b>285.6</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Сдоба обыкновенная	100	8.5	4.67	58.8	310	570 СБР 2013
	Молоко кипяченое	200	5.8	5	9.6	106	515 СБР 2013
	Яблоко	80	0.32	0.32	7.84	37.6	112 СБР 2013
<b>Итого:</b>		<b>380</b>	<b>14.62</b>	<b>9.99</b>	<b>76.24</b>	<b>453.6</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Печенье	17	1.275	1.666	12.648	70.89	590 СБР 2013
	Тефтели из птицы	90	14.51	3.76	9.28	133.32	Т.Т.К. № 10
	Макаронные изделия отварные	170	6.35	0.79	32.86	164.3	291 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	28	2.13	0.22	13.78	65.8	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	505	25.765	7.736	84.468	515.31	

#### Завтрак ОВЗ

	Печенье	17	1.275	1.666	12.648	70.89	590 СБР 2013
	Тефтели из птицы	90	14.51	3.76	9.28	133.32	Т.Т.К. № 10
	Макаронные изделия отварные	170	6.35	0.79	32.86	164.3	291 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	28	2.13	0.22	13.78	65.8	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	505	25.765	7.736	84.468	515.31	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка "Веснушка"	60	4.69	3.69	34.2	189.9	559 СБР 2013
	Чай с лимоном	180	0.9		13.68	55	494 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	240	5.59	3.69	47.88	244.9	

#### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Винегрет овощной (без лука)	60	0.78	6.48	4.08	78	76 СБР 2013
	Рассольник Ленинградский	250	2.05	5.25	16.25	121	134 СБР 2013
	Гречаники с мясом	90	12.13	4.7	9.8	129.6	Т.Т.К. № 17
	Пюре из бобовых	180	18.18	5	36.81	264.6	514 СБР 2004
	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
	<b>Итого:</b>	856	39.27	22.14	146.98	938.55	

#### Обед ОВЗ

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



	Рассольник Ленинградский	250	2.05	5.25	16.25	121	134 СБР 2013
	Гречаники с мясом	90	12.13	4.7	9.8	129.6	Т.Т.К. № 17
	Пюре из бобовых	180	18.18	5	36.81	264.6	514 СБР 2004
	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
	<b>Итого:</b>	<b>856</b>	<b>39.27</b>	<b>22.14</b>	<b>146.98</b>	<b>938.55</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка "Веснушка"	60	4.69	3.69	34.2	189.9	559 СБР 2013
	Чай с лимоном	190	0.95		14.44	58	494 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>5.64</b>	<b>3.69</b>	<b>48.64</b>	<b>247.9</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Крендель сахарный	75					555 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0.2	0.2	92	518 СБР 2013
	Апельсин	50	0.45	0.1	4.05	21.5	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>1.45</b>	<b>0.3</b>	<b>4.25</b>	<b>113.5</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Котлеты домашние	65	8.14	10.33	6.56	154.4	271 СБР 2011
	Рис припущенный	190	4.48	7.6	41.04	250.8	415 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	46	3.5	0.37	22.63	108.1	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	501	16.22	18.3	85.43	574.3	

**Завтрак ОВЗ**

	Котлеты домашние	65	8.14	10.33	6.56	154.4	271 СБР 2011
	Рис припущенный	190	4.48	7.6	41.04	250.8	415 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	46	3.5	0.37	22.63	108.1	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	501	16.22	18.3	85.43	574.3	

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

	Булочка домашняя	75	5.6	9.75	45.25	291.2	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	275	5.7	9.75	60.25	351.2	

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	70	0.063	7	11.39	112	52 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	250	2.1	5.1	14.55	112.5	154 СБР 2013
	Рагу из птицы	195	15.37	12.9	17.7	276	407 СБР 2013
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	190	1.33		27.55	115.9	503 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	44	3.34	0.35	21.65	103.4	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	774	23.853	25.65	101.19	763.3	

**Обед ОВЗ**

	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	70	0.063	7	11.39	112	52 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	250	2.1	5.1	14.55	112.5	154 СБР 2013
	Рагу из птицы	195	15.37	12.9	17.7	276	407 СБР 2013
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	190	1.33		27.55	115.9	503 СБР 2013

	Хлеб пшеничный в/с	44	3.34	0.35	21.65	103.4	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>774</b>	<b>23.853</b>	<b>25.65</b>	<b>101.19</b>	<b>763.3</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка домашняя	75	5.6	9.75	45.25	291.2	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>275</b>	<b>5.7</b>	<b>9.75</b>	<b>60.25</b>	<b>351.2</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Сдоба Выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Молоко кипяченое	200	5.8	5	9.6	106	515 СБР 2013
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9.3</b>	<b>6.8</b>	<b>53.4</b>	<b>300</b>	

## 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
<b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b>							
	Вафля	27	0.756	0.891	20.87	94.5	588 СБР 2013
	Гуляш из птицы	100	9.6	9.52	3.44	140	Т.Т.К. № 9
	Каша вязкая пшеничная	150	6	21.3	152.6	152.6	510 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	37	2.81	0.3	18.2	86.95	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	514	19.266	32.011	210.11	534.05	

#### Завтрак ОВЗ

	Вафля	27	0.756	0.891	20.87	94.5	588 СБР 2013
	Гуляш из птицы	100	9.6	9.52	3.44	140	Т.Т.К. № 9
	Каша вязкая пшеничная	150	6	21.3	152.6	152.6	510 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	37	2.81	0.3	18.2	86.95	108 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	514	19.266	32.011	210.11	534.05	

#### Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	260	4.3	8.28	48.48	285.6	

#### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Икра морковная	60	1.44	4.56	7.8	79.2	78 СБР 2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	147 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	135	9.72	5.13	13.41	140.14	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.55	7.85	37.08	253	237 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	190	0.28	0.19	23.8	97.85	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	42	3.19	0.34	20.66	98.7	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	797	26.66	20.59	124.49	792.69	

#### Обед ОВЗ

	Икра морковная	60	1.44	4.56	7.8	79.2	78 СБР 2004
--	----------------	----	------	------	-----	------	-------------

	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	147 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	135	9.72	5.13	13.41	140.14	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.55	7.85	37.08	253	237 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	190	0.28	0.19	23.8	97.85	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	42	3.19	0.34	20.66	98.7	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>797</b>	<b>26.66</b>	<b>20.59</b>	<b>124.49</b>	<b>792.69</b>	

**Обед ОВЗ дополнительно**

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		18	60	493 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>4.3</b>	<b>8.28</b>	<b>51.48</b>	<b>285.6</b>	

**Полдник с 7 до 11 лет**

	Булочка с маком	100				276	772 СБР 2004
	Ряженка	200	6	12	8.2	169	698 СБР 2004
	Апельсин	50	0.45	0.1	4.05	21.5	112 СБР 2013
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>6.45</b>	<b>12.1</b>	<b>12.25</b>	<b>466.5</b>	

**Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"**

**Ведомость контроля за рационом питания**

с 4/1/2024 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	30	25	25	25	25	20	20	35	20	250	25	-51.92307692	
Хлеб пшеничный	97				14.5	14.5			11	0	40	4	-95.87628866	
Мука пшеничная	10	167.4	145.6	152.4	129.2	148.6	119.4	171.4	108	126.4	167.5	143.59	1335.9	
Крупы, бобовые	30	106.5	10	56	69.5	99	66	143	18.5	10	106.5	68.5	128.3333333	
Макаронные изделия	10		58						58		10	126	26	
Картофель	121	69.7	179	359	333	184	162	112.5	405.7	212	125	2141.9	77.01652893	
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-поре, зелень.	182	181.3	360.4	211.9	142.9	216.5	262.1	256.9	179.8	503	184.1	2498.9	249.89	37.3021978
Фрукты свежие	120	114.5	114	80	205	85.1	213.7	91	116.9	65	139.7	1224.9	122.49	2.075
Сухофрукты	10		19	3.6		25		20		7.5		75.1	7.51	-24.9
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	130	200			200		200		200			800	80	-38.46153846
Мясо I категории	45.5	3.5	38	27	81	63.2	63.2	29	52	48.5	45	450.4	45.04	-1.010989011
Субпродукты (печень, язык, сердце)	20	0										0	0	-100
Филе грудки	23	54	42.5	65		83		58	47	83	61	493.5	49.35	114.5652174
Рыба-филе, в т.ч. филе слабо или малосоленое	38											0	0	-100
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	195	162		237			155.5	210	50	210		1024.5	102.45	-47.46153846
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%,3,2 %)	97		200			205					206	611	61.1	-37.01030928
Творог (массовая доля жира не более 9%)	32.5											0	0	-100
Сыр	6.5	17			10.5		12.6					40.1	4.01	-38.30769231
Сметана(массовая доля жира не более 15%)	6.5				12.5			1	16.8			30.3	3.03	-53.38461538
Масло сливочное	19.5	27.5	17.5	11.2	17		16.5	8.5	18		12	128.2	12.82	-34.25641026
Масло растительное	10	16.9	42.3	33	30.6	22.6	19.6	32.8	34.6	25.3	20.5	278.2	27.82	178.2
Яйцо диетическое	26	5	8	7.1	9.8	11	7.1	2.6	8.3	5.3			0	-100
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	45.9	54.9	36.1	56.1	40.5	67.9	46.7	47.5	38.3	42.1	476	47.6	144.1025641
Кондитерские изделия	6.5	27							17		27	71	7.1	9.230769231
Чай	0.65	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	53.84615385
Какао (кофейный напиток)	0.65						2					2	0.2	-69.23076923
Дрожжи хлебопекарные	0.13	3	3	3.2	2.4	2.1	2.3	2.4	1.1	2.5	2.3	24.3	2.43	1769.230769
Соль	2	2	2	2.4	1.9	1.2	3	2.7	2.6	2.1	1.5	64.2	6.42	221

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 количест ву (+\ -)
-1627.8



## Список используемой литературы

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

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

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

СБР 2013 - Сборник технологических нормативов, рецептур 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

ЮД И

ихся  
Г 2011

ур

петних,  
ЮО



