
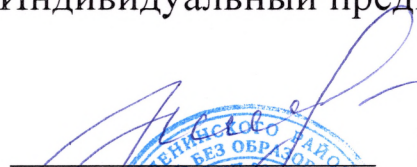


Согласовано:  
Директор школы

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель

 И.Е. Сахарова

 И.В. Жукова



**Цикличное меню на 10 дней  
для обеспечения питанием обучающихся  
с ограниченными возможностями здоровья  
по возрастной категории с 12 лет и старше,  
из расчета 166,00 рублей в день,  
МАОУ Школа «Перспектива» г. Томска  
С 01.03.2024г**

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

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

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

**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 1**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	71/70	Свежие овощи порционно	20	9,20	3,0	0,505	0,063	1,642
	2 блюдо	Гтк442	Филе куриное в соусе	90	50,00	130,0	10,074	12,650	10,008
	гарнир	203	Макаронны отварные с маслом	150	9,00	225,0	3,470	5,039	39,066
	сладкое	ТТК982	Напиток фрукт-ягодный	200	7,00	50,4	0,159	0,016	7,046
	хлеб белый	пр	Хлеб пшеничный, ржаной	90	6,00	221,3	5,088	1,235	29,461
			<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>81,2</b>	<b>629,8</b>	<b>19,296</b>	<b>19,003</b>	<b>87,223</b>
Второй прием	Фрукт	338	Фрукты в ассортименте	120	34,80	56,4	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410/468	Кулинарное изделие	75	25,00	108,0	7,66	7,96	1,515
	напиток	Пр.	Сок в ассортименте	200	25,00	100,0	0	0	22
			<b>Итого:</b>	<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8,0</b>	<b>33,3</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>945</b>	<b>166</b>	<b>894,18</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>120,538</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	71/70	Свежие овощи порционно	30	13,50	6	0,25	0,03	0,82
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	14,00	184	5,6	9,579	19,513
	2 блюдо	Гтк442	Филе куриное в соусе	90	50,00	130	10,07	12,65	10,008
	гарнир	203	Макаронны отварные с маслом	150	9,00	225,04	3,47	5,039	39,066
	сладкое	ТТК982	Напиток фрукт-ягодный	200	7,00	50,43	0,159	0,016	7,046
	хлеб белый	пр	Хлеб пшеничный, ржаной	60	4,00	144	4,776	0,49	30,122
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
			<b>Итого: обед ОВЗ</b>	<b>810</b>	<b>99,5</b>	<b>816,78</b>	<b>27,03</b>	<b>28,79</b>	<b>120,975</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,50	61,1	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	15,00	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25,00	100	0	0	22
			<b>Итого: полдник ОВЗ</b>	<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>1215</b>	<b>166</b>	<b>1085,88</b>	<b>34,73</b>	<b>36,79</b>	<b>154,29</b>

Директор школы  И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель  И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата \_\_\_\_\_ День: **День 2**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	40	14,2	7,5	0,253	0,032	0,821
	2 блюдо	291	Плов с мясом	200	55	392,4	12,59	17,73	42,3
	напиток	342	Компот из вишни	200	8	59,75	0,069	0	4,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>500</b>	<b>81,2</b>	<b>608,96</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	кул.изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>895</b>	<b>166</b>	<b>873,36</b>	<b>25,7</b>	<b>27</b>	<b>110,457</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	25	9,5	7,632	0,421	0,053	1,368
	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (250/10)	260	23	191,921	10,16	12,35	16,62
			2 блюдо	291	Плов с мясом	200	55	270,21	9,534
	напиток	342	Компот из вишни	200	8	59,75	0,069	0	4,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>745</b>	<b>99,5</b>	<b>678,823</b>	<b>25,27</b>	<b>27,5</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	кул.изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1150</b>	<b>166</b>	<b>947,923</b>	<b>32,97</b>	<b>35,5</b>	<b>110,914</b>

Директор школы \_\_\_\_\_ И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель \_\_\_\_\_ И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 3**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	40	14,2	6	0,505	0,063	1,642
	2 блюдо	454/331	Котлета мясная похлыновски с соусом (75/30гр)	105	46	165,27	9,29	11,5	11,25
	гарнир	171	Каша гречневая рассып. с маслом	150	8	225,253	4,059	6,531	31,38
	напиток	951	Напиток из яблок и смородины	200	9	46,9	0,09	0,02	11,58
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>555</b>	<b>81,2</b>	<b>592,733</b>	<b>19,03</b>	<b>19,35</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукт	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	изделие	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>270</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>950</b>	<b>166</b>	<b>857,133</b>	<b>26,73</b>	<b>27,35</b>	<b>118,628</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	20	9,5	3	0,505	0,063	1,642
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	23	227	8,22	8,893	30,46
	2 блюдо	454/331	Котлета мясная похлыновски с соусом (75/30гр)	105	46	165,27	9,29	11,5	11,25
	гарнир	171	Каша гречневая рассып. с маслом	150	8	225,253	4,059	6,531	31,38
	напиток	951	Напиток из яблок и смородины	200	9	46,9	0,09	0,02	11,58
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>795</b>	<b>99,5</b>	<b>816,733</b>	<b>27,25</b>	<b>28,24</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукт	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	изделие	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>270</b>	<b>8,993</b>	<b>10,04</b>	<b>38</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ :</b>				<b>1200</b>	<b>166</b>	<b>1086,73</b>	<b>36,25</b>	<b>38,28</b>	<b>153,773</b>

Директор школы

И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель

И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 4**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	15	5,2	4,6	0,2	0,03	0,8
	2 блюдо	229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	39,50	150,24	12,1	12,96	7,305
	гарнир	128	Картофельное пюре	180	26,50	200,603	4,58	5,71	32,723
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	8,00	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>525</b>	<b>81,2</b>	<b>510,792</b>	<b>19,83</b>	<b>18,95</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	ное	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого: комплекс ОБЗ</b>				<b>920</b>	<b>166</b>	<b>775,192</b>	<b>27,53</b>	<b>26,95</b>	<b>109,476</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	25	11	6	0,505	0,063	1,642
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(250)	250	15	226,5	4,961	8,507	25,714
			2 блюдо	229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	39,5	150,24	12,1
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	22	200,603	4,58	5,71	32,723
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	8	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>785</b>	<b>99,5</b>	<b>816,002</b>	<b>27,8</b>	<b>28,48</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	39,72	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	15	130,28	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>270</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого обед и полдник ОБЗ :</b>				<b>1190</b>	<b>166</b>	<b>1086</b>	<b>35,5</b>	<b>36,48</b>	<b>150,432</b>

Директор школы

И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель

И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 5**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	пр	Икра кабачковая	35	6,2	33,25	0,495	1,95	2,28
	2 блюдо	444/331	Котлета куриная сливочная в сметанно-томатном соусе	105	51	223	12,96	11,45	15,32
	гарнир	203	Макароньы отварные с маслом	150	9	225,039	3,47	5,039	39,066
	напиток	985	Напиток яблочно-брусничньы	200	11	50,1	0,1	0,078	9,413
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничньы (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черньы	ПР	Хлеб ржано-пшеничньы	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>550</b>	<b>81,2</b>	<b>680,699</b>	<b>22,11</b>	<b>19,75</b>
Второй прием	Фрукт кулинарное	№338 410	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>945</b>	<b>166</b>	<b>945,099</b>	<b>29,81</b>	<b>27,75</b>	<b>128,855</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	1 блюдо	140	Суп картофельньы с рыбньыми консервами	250	22,5	174,8	3,89	10,9	14,02
	2 блюдо	444/331	Котлета куриная сливочная в сметанно-томатном соусе	105	51	223	12,96	11,45	15,32
	гарнир	203	Макароньы отварные с маслом	150	9	225,039	3,47	5,039	39,066
	напиток	985	Напиток яблочно-брусничньы	200	11	50,1	0,1	0,078	9,413
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничньы (30)	60	4	96	4,776	0,49	30,122
	хлеб черньы	ПР	Хлеб ржано-пшеничньы	30	2	48	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>795</b>	<b>99,5</b>	<b>816,939</b>	<b>27,89</b>	<b>28,95</b>
Полдник	Фрукт кулинарное	№338 410	Фрукты в ассортименте	130	26,5	39,72	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>270</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1200</b>	<b>166</b>	<b>1086,94</b>	<b>35,59</b>	<b>36,95</b>	<b>155,656</b>

Директор школы  
Индивидуальный предприниматель

*Сидорова*

И.Е. Сахарова  
И.В. Жукова

Жукова  
Ирина  
Валерьевна

**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **суббота**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	40	14,2	7,5	0,253	0,032	0,821
	2 блюдо	291	Плов с мясом	200	55	392,4	12,59	17,73	42,3
	напиток	342	Компот из вишни	200	8	59,75	0,069	0	4,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>81,2</b>	<b>608,96</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>77,142</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	кул.изде лие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>			<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>895</b>	<b>166</b>	<b>873,36</b>	<b>25,7</b>	<b>27</b>	<b>110,457</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	25	9,5	6	0,505	0,063	1,642
	1 блюдо		Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (250/10)	260	23	208,537	8,85	9,827	37,316
		№82							
	2 блюдо	291	Плов с мясом	200	55	392,4	12,59	17,73	42,3
	напиток	342	Компот из вишни	200	8	59,753	0,069	0	4,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>			<b>745</b>	<b>99,5</b>	<b>816</b>	<b>27,1</b>	<b>28,86</b>	<b>115,279</b>	
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	кул.изде лие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>			<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1150</b>	<b>166</b>	<b>1085,1</b>	<b>34,8</b>	<b>36,86</b>	<b>148,594</b>

Директор школы \_\_\_\_\_ И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель \_\_\_\_\_ И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 6**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	75/2	Кукуруза консервированная	40	12,20	42	1,13	0,44	7,06
	2 блюдо	294	Биточек куриный рубленый в сметанно-томатном соусе 75/30	105	45,00	123,76	9,957	10,7	9,95
		171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,00	270,2	4,059	6,531	31,38
	гарнир	349	Компот из смеси сухофруктов	200	8,00	83,349	0,566	0	20,272
	напитки	пр	Хлеб пшеничный, ржаной	60	4,00	84	3,775	0,49	12,122
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>615</b>	<b>81,2</b>	<b>680,619</b>	<b>22,19</b>	<b>19,15</b>	<b>95,184</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>1010</b>	<b>166</b>	<b>945,019</b>	<b>29,89</b>	<b>27,15</b>	<b>128,499</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед		75/2	Кукуруза консервированная	30	10,50	31,5	1,13	0,44	7,06
	1 блюдо	96	Рассольник по- ленин. со сметаной	260	26,00	281	9,2	10,66	31,937
		294	Биточек куриный рубленый в сметанно-томатном соусе 75/30	105	45,00	123,76	9,957	10,7	9,95
	2 блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,00	225,2	4,059	6,531	31,38
	гарнир	349	Компот из смеси	200	8,00	83,349	0,566	0	20,272
	горячие	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	Итого:	<b>775</b>	<b>99,5</b>	<b>816,809</b>	<b>27,3</b>	<b>28,58</b>	<b>115,66</b>	
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1180</b>	<b>166</b>	<b>1085,91</b>	<b>35</b>	<b>36,58</b>	<b>148,975</b>

Директор школы \_\_\_\_\_ И.Е. Сахарова  
Индивидуальный предприниматель \_\_\_\_\_ И.В. Жукова





**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 7**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	25	10,2	6	0,505	0,063	1,642
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему	200	60	383,534	16,32	19,16	38,661
	напиток	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>485</b>	<b>81,2</b>	<b>587,503</b>	<b>21,92</b>	<b>20,47</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>880</b>	<b>166</b>	<b>851,903</b>	<b>29,62</b>	<b>28,47</b>	<b>115,214</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	35	14,5	5,5	0,2	0,03	0,8
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	14,00	229	6,239	6,579	34,513
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему	200	60	383,534	16,32	20,16	38,661
	напиток	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>745</b>	<b>99,5</b>	<b>816,003</b>	<b>27,86</b>	<b>28,01</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1150</b>	<b>166</b>	<b>1085,1</b>	<b>35,56</b>	<b>36,01</b>	<b>148,885</b>

Директор школы

И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель

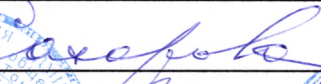
И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 8**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	2 блюдо	730	Соус "Болоньезе"	90	54,00	177,41	8,86	13,24	4,3
	гарнир	203	Макаронны отварные с маслом	150	9	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	12,00	56,75	0,687	0	14,25
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>530</b>	<b>81,2</b>	<b>608,509</b>	<b>20,49</b>	<b>19,51</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>925</b>	<b>166</b>	<b>872,909</b>	<b>28,19</b>	<b>27,51</b>	<b>120,392</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной	208	18,00	186,43	5,85	8,827	22,316
	2 блюдо	730	Соус "Болоньезе"	90	54,00	177,41	8,86	13,24	4,3
	гарнир	№203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	9	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	12,00	56,75	0,687	0	14,25
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,2	144	4,775	0,49	30,122
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,3	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>738</b>	<b>99,5</b>	<b>866,939</b>	<b>28,73</b>	<b>28,59</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1143</b>	<b>166</b>	<b>1136,04</b>	<b>36,43</b>	<b>36,59</b>	<b>157,769</b>

Директор школы  И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель  И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 9**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	52	Свекла отварная с маслом	50	8,20	34	0,77	2,73	4,65
	2 блюдо	268/331	Котлета мясная в с/т соусе 75/30гр	105	53,00	160	7,34	12,77	15,974
	гарнир	171	Каша гречневая рассып с маслом	150	8,00	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	342	Компот из вишни	200	8,00	79,26	0	0	15,816
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	6,061
	<b>Итого:</b>				<b>565</b>	<b>81,2</b>	<b>647,609</b>	<b>19,06</b>	<b>21,77</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	ное	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>960</b>	<b>166</b>	<b>912,009</b>	<b>26,76</b>	<b>29,77</b>	<b>129,282</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	52	Свекла отварная с маслом	50	8,5	34	0,77	2,73	4,65
	1 блюдо	99	Суп из овощей с капустой брокколи со сметаной	208	18	168,6	7,945	7	12,79
	2 блюдо	268/331	Котлета мясная в с/т соусе 75/30гр	105	53	160	7,34	12,77	15,974
	гарнир	171	Каша гречневая рассып с маслом	150	8	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	342	Компот из вишни	200	8	79,26	0	0	15,816
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>773</b>	<b>99,5</b>	<b>816,209</b>	<b>27</b>	<b>28,77</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	ное	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1178</b>	<b>166</b>	<b>1085,31</b>	<b>34,7</b>	<b>36,77</b>	<b>151,072</b>

Директор школы \_\_\_\_\_ И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель \_\_\_\_\_ И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **День 10**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	54-2 3	Овощи натуральные свежие	15	7,2	2,2	0,2	0,03	0,8
	2 блюдо	353/331	Тефтели рыбные (горбуша) в сметанном с томатом соусе (75/30гр)	105	40,00	170,175	11,33	12,58	9,9
			гарнир	128	Картофельное пюре	150	22,00	200,603	4,58
	напиток	349	компот из смеси овощей/фруктов	200	8,00	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>530</b>	<b>81,2</b>	<b>605,637</b>	<b>21,76</b>	<b>19,56</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	ное	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>925</b>	<b>166</b>	<b>870,037</b>	<b>29,46</b>	<b>27,56</b>	<b>126,471</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	54-2 3	Овощи натуральные свежие	20	10,5	3	0,505	0,063	1,642
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(250)	250	15	210,264	4,961	8,866	21,714
			2 блюдо	353/331	Тефтели рыбные (горбуша) в сметанном с томатом соусе (75/30гр)	105	40,00	170,175	11,33
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	22	200,603	4,58	5,71	32,723
	напиток	349	Компот из смеси	200	8,00	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>785</b>	<b>99,5</b>	<b>816,701</b>	<b>27,03</b>	<b>28,45</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	ное	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>	<b>33,315</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1190</b>	<b>166</b>	<b>1085,8</b>	<b>34,73</b>	<b>36,45</b>	<b>149,027</b>

Директор школы  И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель  И.В. Жукова



**Меню для питания  
детей с ограниченными возможностями здоровья  
с 12 лет и старше**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: \_\_\_\_\_ День: **суббота**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Двухразовое питание для первой смены обучающихся</b>									
Первый прием	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	25	10,2	6	0,505	0,063	1,642
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему	200	60	383,534	16,32	19,16	38,661
	напиток	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>485</b>	<b>81,2</b>	<b>587,503</b>	<b>21,92</b>	<b>20,47</b>
Второй прием	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	120	34,8	56,4	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	25	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>395</b>	<b>84,8</b>	<b>264,4</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого: комплекс ОВЗ</b>				<b>880</b>	<b>166</b>	<b>851,903</b>	<b>29,62</b>	<b>28,47</b>	<b>115,214</b>
<b>Двухразовое питание для второй смены обучающихся</b>									
Обед	овощи	№70	Овощи натуральные свежие	35	14,5	5,5	0,2	0,03	0,8
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	14,00	229	6,239	6,579	34,513
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему	200	60	383,534	16,32	20,16	38,661
	напиток	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
<b>Итого:</b>				<b>745</b>	<b>99,5</b>	<b>816,003</b>	<b>27,86</b>	<b>28,01</b>	<b>115,57</b>
Полдник	Фрукт	№338	Фрукты в ассортименте	130	26,5	61,1	0,04	0,04	9,8
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие	75	15	108	7,66	7,96	1,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	<b>Итого:</b>				<b>405</b>	<b>66,5</b>	<b>269,1</b>	<b>7,7</b>	<b>8</b>
<b>Итого обед и полдник ОВЗ:</b>				<b>1150</b>	<b>166</b>	<b>1085,1</b>	<b>35,56</b>	<b>36,01</b>	<b>148,885</b>

Директор школы  И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель  И.В. Жукова

