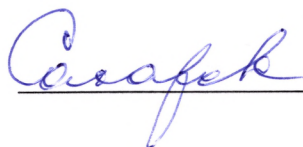




Согласовано:
Директор школы

 И.Е. Сахарова

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель


 И.В. Жукова

**Цикличное меню на 10 дней
для обеспечения питанием обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья
по возрастной категории с 7-11 лет ,
из расчета 152,00 рублей в день,
(коррекционные классы)
МАОУ Школа «Перспектива» г. Томска
С 01.03.2024г.**

Технология приготовления блюд составлена из «Сборника рецептов 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 обеспечения питания детей
с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет . (коррекционные классы)**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: _____ День: **День 1**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Двухразовое питание для первой смены обучающихся									
Завтрак ОВЗ	Гор.блюдо	173	Каша вязкая кукурузная молочная	200	27	287	8,11	6,24	42,24
	закуски	3	Бутерброд с сыром 30/20	50	22	144	7,124	6,272	14,76
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	5	42	0,005	8,288	0,008
	сл.масло	№14	порциями	10	10	74,643	0,005	8,288	0,008
Итого:				460	64	547,643	15,24	29,09	57,016
Обед ОВЗ	овощи	71/70	Свежие овощи порционно	15	6	7,5	0,421	0,053	1,368
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	200	12	140	5,239	5,629	19,513
	2 блюдо	Ттк442	Филе куриное в соусе	90	50	130	10,15	12,08	3,272
	гарнир	203	Макаронны отварные с маслом	150	9	225	5,857	5,039	39,066
	напиток	ТТК982	Напиток фрукт-ягодный	200	7	50	0,159	0,016	12,412
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный, ржаной	60	4	149	2,388	0,245	15,061
Итого:				715	88	701,5	24,21	23,06	90,692
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1175	152	1249,143	39,46	52,15	147,708

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: _____ День: **День 2**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	130	45,5	249,542	12,05	9,41	3,429
	овощи	пр	Икра кабачковая	30	6,5	28,67	0,495	1,95	2,28
	масло	№14	Масло сливочное	10	10	74,643	0,005	8,288	0,008
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	гор.нап	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
Итого:				400	67	471,332	15,45	20,69	30,094
Обед ОВЗ	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	149,527	2,433	5,873	13,486
	2 блюдо	291	Плов с мясом	200	55	270,21	9,534	13,86	25,59
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	напиток	342	Компот из вишни	200	8	59,75	0,069	0	2,099
Итого:				668	85	634,107	17,44	21,71	69,975
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1068	152	1105,439	32,89	42,4	100,069

Директор школы _____

И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель _____

И.В. Жукова



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: День: День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	Гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200	30	287,08	11	9,43	49,2
	закуски	3	Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22	143,979	7,124	6,272	14,76
	сл масло	№14	порциями	10	10	74,643	0,005	8,288	0,008
	горячие	№377	Чай с сахаром и лимоном	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
Итого:				460	67	547,924	18,33	24,05	74,184
Обед ОВЗ	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	208	18	130,436	2,958	7,367	13,075
	2 блюдо	454	Котлета мясная похлыновски с соусом (75/30гр)	105	46	173,6	9,32	14,54	12,43
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	8	273,253	9,059	6,531	44,56
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
	напиток	951	Напиток из яблок и смородины	200	9	46,9	0,024	0,01	2,175
Итого:				723	85	773,189	26,76	30,45	101,24
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1183	152	1321,113	45,09	54,5	175,424

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	223	Запеканка творожная "Зебра" со сг/молоком	150	50	364,07	13,31	14,91	49,881
	хлеб	ПР	Батон пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200	5	42	0,2	0,051	9,977
Итого:				380	57	478,07	15,9	15,21	74,919
Обед ОВЗ	овощи	54-2.3	Свежие овощи порц.	25	9,5	3,6	0,505	0,063	1,642
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными	200	12	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	39,5	136,63	15,452	5,956	5,305
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	22	200,603	4,58	5,71	32,723
	напиток	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	8	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
Итого:				735	95	694,446	14,01	10,28	105,351
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1115	152	1172,516	29,91	25,49	180,27

Директор школы Сахарова И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель Жукова

И.В. Жукова

Ирина
Валерьевна

**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: _____ День: **День 5**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	Гор.блюдо	№ 204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром	165	30,5	282,65	11,88	14,58	25,93
	до			10	10	74,643	0,005	8,288	0,8
	сл масло	№14	Масло сливочное порциями	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб	ПП	Батон пшеничный	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
		№376	Чай с сахаром(200)						
Итого:				405	45,5	470,46	14,47	23,16	51,768
Обед ОВЗ	1 блюдо	140	Суп картофельный с рыбными консервами	200	17	143	3,89	7,9	14,02
	2 блюдо	№ 444/33	Котлета куриная сливочная в сметанно-томатном соусе	105	51	264,843	14,49	16,9	13,694
	гарниры	310	Картофель отварной с маслом и зеленью	150	23,5	213,77	4,7	5,07	37,3
	напиток	985	Напиток яблочно-брусничный	200	11	60	0,069	0	2,099
	хлеб	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
Итого:				715	106,5	830,613	28,55	31,87	96,113
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1120	152	1301,073	43,02	55,03	147,881

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: _____ День: **День 6**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	1 блюдо	278/2	Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба"	200	28	278,43	6,88	11,73	36,32
	сыр	№15	Сыр в нарезке	15	15	73,927	4,817	6,073	0
	белый	ПП	Батон пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	14,5	112,202	3,3	2,53	19,058
Итого:				445	59,5	536,559	17,39	20,58	70,439
Обед ОВЗ	овощи	75/2	кукуруза	20	6	35,1	1,13	0,44	7,06
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинг. со смет	208	21,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	№ 294/33	Биточек куриный рубленый в сметанно-томатном соусе	105	45	119,96	15,44	6,98	3,08
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	8	273,253	9,059	6,531	44,56
	напиток	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	8	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб	ПП	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
Итого:				743	92,5	802,189	34,32	22,05	122,909
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1188	152	1338,748	51,7	42,63	193,348

Директор школы Сахарова И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель Жукова И.В. Жукова



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Дата: _____ День: **День 7**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	закуски	пр	Икра кабачковая	40	9,2	48,8	0,66	2,6	2,5
	гор								
	блюдо	210	Омлет натуральный	130	45,5	257,32	13,28	17,49	33,49
	хлеб	ПР	Батон пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
Итого:				400	59,7	419,287	16,53	20,39	61,028
Обед ОВЗ	закуска	70/71	свежие	25	9,3	6,275	0,347	0,052	1,105
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	200	12,00	140,00	5,239	5,629	19,513
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему	200	60	379,492	18,8	20,2	36,661
	напиток	982	ягодный	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
	Итого:				700	92,3	705	27,21	24
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1100	152	1124,287	43,74	44,39	160,999

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Отд./корп _____ День: **День 8**

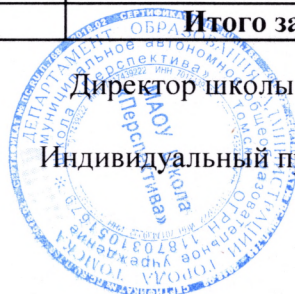
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	223	Запеканка творожная с ягодным соусом	150	50	364,07	13,31	14,91	49,881
	хлеб белый	ПР	Батон пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
	Итого:				380	55	477,237	15,9	15,21
Обед ОВЗ	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	126,277	2,433	7,959	13,486
	2 блюдо	730	Соус "Болоньезе"	90	54	202,4	12,86	14,85	4,3
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	9	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	388	Напиток из плодов шиповника	200	12	59,75	0,566	0	20,272
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
Итого:				708	97	762,466	27,12	29,85	106,124
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1088	152	1239,703	43,01	45,05	181,043

Директор школы

И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель

И.В. Жукова



**Меню для обеспечения питания
детей с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Отд./корп. День: **День 9**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	130	45,5	249,542	11,65	9,41	3,429
	сливочн	№14	Масло сливочное	10	10	74,643	0,005	8,288	0,008
	белый	ПР	Батон пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
Итого:				370	60,5	437,352	14,25	17,99	28,475
Обед ОВЗ	1 блюдо	99	Суп из овощей с капустой брокколи со сметаной	208	18	114,6	2,35	6	12,79
	2 блюдо	№268	Котлета мясная в с/т соусе	105	53	188,575	11,22	10,3	12,744
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8	225,039	5,857	5,039	39,066
	напиток	Гтк982	Компот из вишни	200	8	79,26	0,108	0,078	12,413
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,5	149	5,4	2	29
Итого:				733	91,5	756,474	24,93	23,42	106,013
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1103	152	1193,826	39,18	41,42	134,488

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"** Отд./корп. День: **День 10**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак ОВЗ	горячее блюдо	174	Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200	30	252	9,408	6,89	41,715
	сыр	№15	Сыр порциями	15	15	58,187	3,791	4,78	0
	белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
Итого:				445	50	423,354	15,79	11,97	66,753
Обед ОВЗ	овощи	№71	свежие	40	16	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	12	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	353/331	Тефтели рыбные (горбуша) в сметанном с томатом соусе (75/30гр)	105	40	170,17	9,566	9,562	4,159
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	22	200,603	4,58	5,71	32,723
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	149	5,4	2	29
	напиток	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	8	83,349	0,566	0	20,272
Итого:				755	102	727,439	23,24	19,8	108,415
Итого завтрак и обед ОВЗ:				1200	152	1150,793	39,03	31,77	175,168

Директор школы И.Е. Сахарова И.Е. Сахарова

Индивидуальный предприниматель И.В. Жукова Ирина Валерьевна

