

Согласовано:

*Директор школы*  
*Сунцов Ф.В.*

Утверждаю:

начальник КСНП  
 МКУ "КИ и СП" для документов  
 Сунцов Ф.В.

" 01 " 11 2023г

**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**учащихся с ограниченными**  
**возможностями здоровья и**  
**отдельных классов для детей**  
**с ОВЗ**  
**с 12 лет и старше**

меню ОВЗ (КРО, НУВР) 149-57  
1 неделя

меню №149-57

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>понедельник</b>												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
каша рисовая с маслом	250/10	7,0	12,0	42,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
итого	682	22,0	26,0	97,0	711,0	1022,0	379,0	583,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,00	148,0	604,0	469,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
котлета рубленая из птицы	100	22,0	16,0	18,0	230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	180	4,0	7,0	48,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
итого	805	39,0	30,0	152,0	974,0	2767,0	1622,0	130,0	5,0	0,0	13,0	
Всего	1387	61,0	56,0	249,0	1685,0	3789,0	2001,0	713,0	7,0	0,0	14,0	
<b>вторник</b>												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,00	5,00	0,00	63,00	54,00	56,00	22,00	1,00	0,00	0,00	64/96
каша ячневая с маслом	250/10	13,00	16,00	50,00	345,00	458,00	296,00	197,00	1,00	0,00	0,00	257/66
Какао на молоке	200	4,0	4,0	26,0	141,0	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
итого	676	30,00	27,00	116,00	765,00	797,0	640,0	366,0	4,0	0,0	1,0	
Обед												
борщ с капустой и картофелем	250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	110/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
зразы ленивые	100	10,00	16,00	17,00	252,00	661,00	129,00	45,00	1,00	0,00	4,00	422/96
рис отварной	180	16,0	7,0	37,0	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток яблочный	200	2,00	0,00	27,00	111,00	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
итого	815	37,00	32,00	136,00	967,00	2114,0	1234,0	204,0	9,0	0,0	28,0	
Всего	1390	67,00	59,00	252,00	1722,00	2911,00	1874,00	569,00	13,00	0,00	29,00	
<b>среда</b>												
Завтрак												
бутерброд с сыром и маслом	15,5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	1/4
Каша пшеничная с маслом	250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	456,0	292,0	170,0	2,0	0,0	0,0	627/96
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0	692/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
итого	655	26,0	31,0	110,0	714,0	845,0	459,0	393,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп крестьянский с пшеном	250	2,0	5,0	10,0	98,0	598,0	246,0	32,0	1,0	0,0	20,0	134/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
котлета из рыбы	100	16,0	10,0	20,0	221,0	664,0	74,0	42,0	0,0	0,0	0,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	7,0	23,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226,03ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/86
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	38,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882,06
итого	815	30,0	26,0	115,0	868,0	2425,0	1426,0	128,0	3,0	0,0	56,0	
Всего	1370	56,0	67,0	225,0	1682,0	3270,0	1885,0	521,0	6,0	0,0	57,0	

четверг												
Завтрак												29/97
Сыр порциями	20	5,0	6,0	0,0	72,0	164,0	23,0	200,0	0,0	0,0	0,0	262/96
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,0	245,0	171,0	1,0	0,0	0,0	685/4
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	0,0	35,01тк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	1,0	
итого	555	24,0	22,0	110,0	666,0	879,0	440,0	449,0	3,0	0,0	1,0	
Обед												120/96
щи из свежей капусты и картофеля	250	2,0	5,0	9,0	91,0	600,0	315,0	51,0	1,0	0,0	30,0	629,00
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	526,06
котлета рябушка	100	22,0	10,0	18,0	262,0	733,0	88,0	46,0	1,0	0,0	1,0	465/96
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	286,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	773/тк
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	1,0	0,0	0,0	0,0	299
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	2,0	0,0	0,0	35,01тк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	
итого	815	38,0	32,0	123,0	954,0	2487,0	811,0	161,0	8,0	0,0	31,0	
Всего	1370	62,0	54,0	233,0	1620,0	3366,0	1251,0	600,0	11,0	0,0	32,0	
пятница												
Завтрак												64/96
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	311/4
каша Дружба с маслом	250/10	6,0	12,0	44,0	323,0	457,0	262,0	167,0	1,0	0,0	0,0	629/96
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	35,01тк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	
итого	557	19,0	19,0	85,0	581,0	675,0	393,0	202,0	3,0	0,0	0,0	
Обед												129/96
рассольник ленинградский с перловой крупой	250	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	629,00
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	112,75
шницель рубленый из говядины	100	13,0	16,0	18,0	290,0	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	0,0	215/96
рагу из овощей	180	3,0	7,0	19,0	158,0	875,0	332,0	58,0	2,0	0,0	3,0	312,01тк
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	299
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	2,0	0,0	0,0	35,01тк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	
итого	815	25,0	32,0	120,0	899,0	2602,0	1094,0	766,0	5,0	0,0	26,0	
Всего	1372	44,0	51,0	205,0	1480,0	3277,0	1487,0	968,0	8,0	0,0	26,0	
суббота												
Завтрак												23/97
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	262/96
каша овсяная с маслом	250/10	10,0	14,0	44,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0	627/96
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	35,01тк
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	
итого	550	23,0	28,0	85,0	683,0	963,0	473,0	595,0	3,0	0,0	1,0	
обед												132/96
суп из овощей	250	2,0	4,0	11,0	97,0	629,0	367,0	30,0	1,0	0,0	21,0	629,00
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	451/4
биточек рубленый из говядины	100	13,0	16,0	18,0	290,0	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	284,01 тк
пюре гороховое по-домашнему	160	9,0	4,0	20,0	156,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	702/97
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,0	32,0	16,0	1,0	0,0	0,0	35,02 тк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	
итого	815	30,0	28,0	117,0	874,0	2174,0	860,0	753,0	6,0	0,0	24,0	
Всего	1365	53,0	56,0	202,0	1557,0	3127,0	1323,0	1346,0	9,0	0,0	25,0	
итого за 6 дней					9546,0							
среднее значение за период					1607,7							

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>2 неделя</b>												
<b>понедельник</b>												
<b>Завтрак</b>												
булерброд с сыром и маслом	16/5/25	10,00	14,00	14,00	143,00	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	30/97
Каша пшеничная с маслом	250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
Какао на молоке	200	4,00	4,00	26,00	141,00	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4
Батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>27,0</b>	<b>33,0</b>	<b>113,0</b>	<b>741,0</b>	<b>874,0</b>	<b>541,0</b>	<b>451,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>Обед</b>												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,0	148,0	604,0	469,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
котлета рубленая из говядины	100	15,0	17,0	16,0	280,0	640,0	282,0	42,0	2,0	0,0	0,0	451/4
рис отварной	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,00	44,00	8,00	0,00	0,00	13,00	312
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>805</b>	<b>43,0</b>	<b>31,0</b>	<b>139,0</b>	<b>1001,0</b>	<b>1873,0</b>	<b>1397,0</b>	<b>178,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>25,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1360</b>	<b>70,0</b>	<b>64,0</b>	<b>252,0</b>	<b>1742,0</b>	<b>2747,0</b>	<b>1938,0</b>	<b>629,0</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Завтрак</b>												
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,00	46,00	400,00	0,00	0,00	1,00	23/97
каша ячневая с маслом	250/10	13,00	16,00	50,00	345,00	458,0	296,0	197,0	1,0	0,0	0,0	257/96
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
Батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>557</b>	<b>26,0</b>	<b>30,0</b>	<b>91,0</b>	<b>684,0</b>	<b>950,0</b>	<b>417,0</b>	<b>610,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>Обед</b>												
борщ с капустой и картофелем	250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	110/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
колбаски школьные из говядины	100	18,00	18,00	11,00	273,00	589,00	306,00	18,00	1,00	0,00	0,00	358,04
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312.01ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	18,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>815</b>	<b>34,0</b>	<b>39,00</b>	<b>124,0</b>	<b>972,0</b>	<b>2345,0</b>	<b>1044,0</b>	<b>122,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>26,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1372</b>	<b>60,0</b>	<b>69,0</b>	<b>215,0</b>	<b>1656,0</b>	<b>3295,0</b>	<b>1461,0</b>	<b>732,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>	<b>27,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Завтрак</b>												
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	29/97
каша Дружба с маслом	250/10	8,0	12,0	44,0	323,0	602,0	258,0	41,0	1,0	0,0	20,0	311/4
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
Батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>575</b>	<b>21,0</b>	<b>19,0</b>	<b>99,0</b>	<b>649,0</b>	<b>820,0</b>	<b>389,0</b>	<b>76,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	
<b>Обед</b>												
суп крестьянский с пшеном	250	2,0	5,0	10,0	98,0	598,0	246,0	32,0	1,0	0,0	20,0	134/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
кнели студенческие из горбуши	100	18,0	9,0	7,0	185,0	505,0	46,0	31,0	0,0	0,0	0,0	729,04
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06
<b>итого</b>	<b>815</b>	<b>32,0</b>	<b>24,0</b>	<b>108,0</b>	<b>843,0</b>	<b>2266,0</b>	<b>1398,0</b>	<b>117,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>56,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1390</b>	<b>53,0</b>	<b>43,0</b>	<b>207,0</b>	<b>1492,0</b>	<b>3086,0</b>	<b>1787,0</b>	<b>193,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>76,0</b>	

четверг											
Завтрак											
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0
каша рисовая с маслом	250/10	7,0	12,0	42,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0
итого	650	22,0	28,0	98,0	672,0	976,0	428,0	638,0	1,0	0,0	2,0
Обед											
щи из свежей капусты и картофеля	250	2,0	5,0	9,0	91,0	600,0	315,0	51,0	1,0	0,0	30,0
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00
биточек рубленый из птицы	100	19,0	10,0	18,0	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	285,0	25,0	1,0	0,0	1,0
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00
итого	815	33,0	27,0	143,0	964,0	3055,0	1134,0	176,0	7,0	0,0	31,0
Всего	1365	55,0	55,0	241,0	1626,0	4031,0	1562,0	814,0	8,0	0,0	33,0
пятница											
Завтрак											
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0
каша овсяная с маслом	250/10	10,0	14,0	44,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0
итого	575	26,0	23,0	107,0	727,0	774,0	556,0	277,0	4,0	0,0	1,0
Обед											
рассольник ленинградский с перловой крупой	250	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00
котлета московская (К)	100	16,00	19,00	13,00	283,00	707,00	211,00	20,00	1,00	0,00	1,00
рис припущенный	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00
итого	815	27,0	39,0	117,0	943,0	1936,0	932,0	87,0	4,0	0,0	18,0
Всего	1390	53,0	62,0	224,0	1670,0	2710,0	1488,0	364,0	8,0	0,0	19,0
суббота											
Завтрак											
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,0	245,0	171,0	1,0	0,0	0,0
чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00
итого	555	25,0	28,0	95,0	640,0	820,0	363,0	339,0	2,0	0,0	0,0
Обед											
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	250	3,0	3,0	21,0	124,0	606,0	476,0	23,0	1,0	0,0	17,0
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0
итого	805	35,0	33,0	140,0	987,0	2230,0	924,0	763,0	7,0	0,0	21,0
Всего	1360	60,0	61,0	235,0	1627,0	3060,0	1287,0	1102,0	9,0	0,0	21,0
итого за 6 дней					9813,0						
среднее значение за период					1635,5						

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

*Исупова Л.И.*

Исупова Л.И.