

Согласовано:

Директор ООШ Фоминская

Мережко Л.Н.



Утверждаю:

ИП Фрей А.А.



Примерное меню на 10 дней.

Горячее питание обучающихся для детей-инвалидов и детей с ограниченными

возможностями здоровья

МБОУ Фоминская ООШ

Возрастная категория 12 лет и старше

В 2024-2025 учебном году.

При составлении меню использовался

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных

учреждениях

Под общей редакцией

М.П.Могильный; Б.А.Тутельян

2024 г.

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я 12 лет и старше ОВЗ

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена (руб)
			Белки	Жиры			
День 1 ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из пшенной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом или сахаром или вареньем)	220	9,70	11,51	47,96	314,51 173	
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	13,96	56,6 376	
	Сыр (порциями) (Российский)	10	2,20	2,82	0,00	34,87 3	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08 Н	
	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7 51	
	Яблоки	120	0,32	0,32	7,82	37,5 0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	630	17,99	15,55	100,93	590,26	
	Салат из квашеной капусты	40	0,63	2,04	3,24	34,79 47	
	Гуляш	60/15	10,04	24,52	3,31	273,76 92	
	Картофельное пюре	140	2,70	4,65	17,77	119,39 131	
ИТОГО ЗА ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84 278	
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4 236	
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7 50	
ИТОГО ЗА ОБЕД	515	20,61	32,46	99,81	757,28		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1145	38,60	48,01	200,74	1347,54	149,94

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я

12 лет и старше ОВЗ

категория:

УТВЕРЖДАЮ



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена(руб)
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной	40	0,46	2,43	2,68	34,34	52	
	Каша ячневая рассыпчатая	150/5	5,02	3,69	32,43	184,44	170	
	Тертели 1-й вариант	70	4,52	11,84	8,11	155,51	278	
	Чай с молоком или сливками	200	1,44	1,48	16,14	84,52	378	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7	51	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	40	0,62	2,04	3,69	36,51	10	
	Плов из свинины	280	19,85	57,57	53,56	792,85	96	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84	278	
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	236	
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							1765,89	149,94

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ



Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я

12 лет и старше ОБЗ

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена (руб)
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6 ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная (с маслом и сахаром)	220	7,52	11,77	47,06	315,96	182	
	Чай с лимоном	200	0,12	0,00	13,62	56,12	377	
	Масло сливочное (порциями)	5	0,02	1,45	0,03	11,32	1	
	Сыр (порциями) (Российский)	10	2,20	2,82	0,00	34,87	3	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7	51	
Яблоки	120	0,32	0,32	7,82	37,5	0		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		635	15,85	17,26	99,72	602,55		
ОБЕД	Салат из свеклы с квашеной капустой и растительным маслом	40	0,49	1,23	2,46	23	29	
	Гуляш	60/15	10,04	24,52	3,31	273,76	92	
	Макаронные изделия отварные	140/5	5,47	5,52	34,44	206,57	202	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84	278	
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	236		
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50		
ИТОГО ЗА ОБЕД	515	23,24	32,52	115,70	834,27			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1150	39,09	49,78	215,42	1436,82		149,94	

СОГЛАСОВАНО

(подпись)
(ФИО)
(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастна
я
категория: 12 лет и старше ОВЗ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена (руб)
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7 ЗАВТРАК	Икра свекольная	40	0,66	2,83	3,67	43,02	46	
	Печень по-строгановски	70/20	17,82	13,05	2,94	221,65	95	
	Макаронные изделия отварные	150	5,73	9,54	35,86	244,41	309	
	Кофейный напиток на молоке	200	3,24	3,54	15,04	105,86	274	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7	51	
	Салат из белокочанной капусты	540	33,12	29,86	88,70	761,72		
	Рыба, тушенная в томате с овощами	40	0,81	2,05	4,27	39,23	6	
	Картофельное пюре	60	4,54	0,32	4,30	37,95	78	
	Картофельное пюре	140	2,70	4,65	17,77	119,39	131	
ИТОГО ЗА ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84	278	
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	236	
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		515	15,29	8,27	101,83	527,51		
		1055	48,41	38,13	190,53	1289,23		149,94

СОГЛАСОВАНО

(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я

12 лет и старше ОВЗ

категория:



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена(руб)
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Зеленый горошек	30	6,90	0,36	15,99	90,81	28	
	Гуляш	60/15	10,04	24,52	3,31	273,76	92	
	Каша ячневая рассыпчатая	150/5	5,02	3,69	32,43	184,44	170	
	Чай с молоком или сливками	200	1,44	1,48	16,14	84,52	378	
	Масло сливочное (порциями)	10	0,06	7,25	0,13	56,6	14	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7	51	
	Салат из свеклы: отварной	530	29,15	38,20	99,19	836,91		
ОБЕД	Салат из свеклы: отварной	40	0,46	2,43	2,68	34,34	52	
	Рагу овощное с мясом курицы	200	7,88	15,24	25,86	268	145	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84	278	
ИТОГО ЗА ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	236	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							1470,19	149,94

СОГЛАСОВАНО



Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я 12 лет и старше ОБЗ

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена (руб)
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9 ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	220	4,58	3,98	38,35	208,41	75	
	Какао с молоком	200	3,86	3,90	14,82	114,82	274	
	Сыр (порциями) (Российский)	10	2,20	2,82	0,00	34,87	3	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7	51	
	Вафли	30	1,02	9,06	13,35	159	1	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								663,88
ОБЕД	Салат из свеклы с квашеной капустой и растительным маслом	40	0,49	1,23	2,46		23	29
	Плов из свинины	280	19,85	57,57	53,56	792,85	96	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84	278	
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	236	
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
ИТОГО ЗА ОБЕД								1146,79
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								1780,67
								149,94

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я

12 лет и старше ОВЗ

категория:

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

(подпись)



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена (руб)
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10 ЗАВТРАК	Капуста тушеная	40	0,88	1,06	4,03	28,28	134	
	Тёфтели 1-й вариант	70	4,52	11,84	8,11	155,51	278	
	Картофельное пюре (с маслом)	140	2,66	8,78	17,33	149,18	128	
	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	14,06	56,7	268	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Хлеб ржаной 1	50	3,30	0,60	16,70	82,7	51	
	Икра кабачковая	30	0,60	2,70	2,58	36,6	12	
	Котлета из свинины	60	7,12	17,65	9,17	221,18	103	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/5	7,58	3,71	41,98	216,83	167	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,96	0,40	46,72	194,84	278	
ИТОГО ЗА ОБЕД	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	236	
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	515	22,54	25,31	129,22	805,55		194,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1045	36,67	47,89	203,94	1342		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 620742407212716292896657514693751711534004166469

Владелец Мерещко Лариса Николаевна

Действителен с 18.09.2024 по 18.09.2025