



Согласовано:

  
МБОУ СОШ №40  
Боцаев В.В.  
07.08.2024

Утверждаю:

и.о. директора

МКУ "КП и СП"

  
Шуплецов В.В.

"07" 08. 2024г

**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**учащихся с ограниченными**  
**возможностями здоровья**  
**и отдельных классов для**  
**детей с ОВЗ**  
**с 7 до 11 лет**  
**1 смена**

меню овз(кро, нуар) 1 смена обед 77-55

1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда             | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | микроэлементы  |               |              |             | витамины   |              | № рецептуры |
|--|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|---------------|--------------|-------------|------------|--------------|-------------|
|  |            | белки            | жиры         | углеводы      |                         | Na             | K             | Ca           | Fe          | B          | C            |             |
| <b>понедельник</b>                         |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| суп карт. с рыбными консервами             | 200        | 4,0              | 4,0          | 15,00         | 111,0                   | 539,0          | 541,0         | 24,0         | 1,0         | 0,0        | 18,0         | 131/96      |
| фрикадельки из свинины в соусе             | 105        | 7,0              | 19,0         | 12,0          | 249,0                   | 9517,0         | 70,0          | 110,0        | 1,0         | 0,0        | 2,0          | 481/97      |
| картофель отварной                         | 150        | 3,0              | 5,0          | 24,0          | 159,0                   | 1204,0         | 853,0         | 27,0         | 1,0         | 0,0        | 30,0         | 470/96      |
| 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          | 773         |
| батон                                      | 50         | 4,0              | 2,0          | 26,0          | 138,0                   | 163,0          | 50,0          | 8,0          | 0,0         | 0,0        | 0,0          | 35.01ттк    |
| <b>итого</b>                               | <b>705</b> | <b>18,0</b>      | <b>30,0</b>  | <b>97,0</b>   | <b>753,0</b>            | <b>11423,0</b> | <b>1541,0</b> | <b>170,0</b> | <b>3,0</b>  | <b>0,0</b> | <b>50,0</b>  |             |
| <b>вторник</b>                             |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| борщ с капустой и картофелем               | 200        | 1,00             | 3,00         | 10,00         | 78,00                   | 480,00         | 254,00        | 33,00        | 1,00        | 0,00       | 16,00        | 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      |
| котлета рубленая из свинины                | 90         | 12,00            | 28,00        | 16,00         | 364,00                  | 1153,00        | 64,00         | 43,00        | 2,00        | 4,00       | 0,00         | 416/96      |
| капуста тушеная                            | 150        | 4,0              | 5,0          | 15,0          | 116,0                   | 606,00         | 369,00        | 93,00        | 1,00        | 0,00       | 80,00        | 482/96      |
| напиток лимонный                           | 200        | 0,00             | 0,00         | 24,00         | 96,00                   | 2,0            | 27,0          | 7,0          | 0,0         | 0,0        | 6,0          | 312,01      |
| 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                                      | 25         | 2,0              | 1,0          | 13,0          | 69,0                    | 78,00          | 25,00         | 4,00         | 0,00        | 0,00       | 0,00         | 35,0        |
| <b>итого</b>                               | <b>700</b> | <b>22,00</b>     | <b>40,00</b> | <b>94,00</b>  | <b>824,00</b>           | <b>2610,0</b>  | <b>866,0</b>  | <b>205,0</b> | <b>6,0</b>  | <b>4,0</b> | <b>102,0</b> |             |
| <b>среда</b>                               |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| суп картофельный с бобовыми                | 200        | 5,0              | 4,0          | 16,0          | 118,0                   | 479,0          | 374,0         | 30,0         | 2,0         | 0,0        | 0,0          | 139/4       |
| шницель рубленый из говядины L             | 90         | 14,0             | 16,0         | 264,0         | 636,0                   | 268,0          | 44,0          | 2,0          | 4,0         | 0,0        | 0,0          | 283,31      |
| рис припущенный                            | 150        | 2,0              | 9,0          | 21,0          | 174,0                   | 2,0            | 26,0          | 1,0          | 0,0         | 0,0        | 0,0          | 466/96      |
| масло сливочное                            | 10         | 0,0              | 8,0          | 0,0           | 75,0                    | 1,0            | 2,0           | 1,0          | 0,0         | 0,0        | 0,0          | 22/97       |
| напиток апельсиновый                       | 200        | 0,0              | 0,0          | 26,0          | 100,0                   | 3,0            | 44,0          | 8,0          | 0,0         | 0,0        | 13,0         | 312         |
| батон оздоровительный                      | 50         | 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>700</b> | <b>26,0</b>      | <b>39,0</b>  | <b>363,0</b>  | <b>1285,0</b>           | <b>1103,0</b>  | <b>560,0</b>  | <b>55,0</b>  | <b>7,0</b>  | <b>0,0</b> | <b>13,0</b>  |             |
| <b>четверг</b>                             |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| суп крестьянский с рисом                   | 200        | 2,00             | 4,00         | 9,00          | 74,00                   | 503,00         | 293,00        | 24,00        | 1,00        | 0,00       | 17,00        | 132/96      |
| сметана                                    | 10         | 0,00             | 2,00         | 0,00          | 16,00                   | 4,00           | 12,00         | 9,00         | 0,00        | 0,00       | 0,00         | 629,00      |
| мясные ежики из свинины                    | 90         | 12,00            | 19,00        | 12,00         | 271,00                  | 508,00         | 248,00        | 20,00        | 2,00        | 0,00       | 3,00         | 377,1       |
| пюре гороховое по-домашнему                | 150        | 14,00            | 6,00         | 31,00         | 233,00                  | 1178,00        | 440,00        | 65,00        | 4,00        | 1,00       | 0,00         | 284,        |
| напиток из кураги                          | 200        | 1,0              | 0,0          | 28,0          | 116,0                   | 3,00           | 265,00        | 25,00        | 1,00        | 0,00       | 1,00         | 651/96      |
| 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                                      | 25         | 2,0              | 1,0          | 13,0          | 69,0                    | 78,00          | 25,00         | 4,00         | 0,00        | 0,00       | 0,00         | 35,0        |
| <b>итого</b>                               | <b>700</b> | <b>34,00</b>     | <b>33,00</b> | <b>109,00</b> | <b>864,00</b>           | <b>2561,0</b>  | <b>1398,0</b> | <b>163,0</b> | <b>10,0</b> | <b>1,0</b> | <b>21,0</b>  |             |
| <b>пятница</b>                             |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| рассольник ленинградский с перловой крупой | 200        | 2,0              | 4,0          | 17,0          | 116,0                   | 773,0          | 486,0         | 26,0         | 1,0         | 0,0        | 17,0         | 129/96      |
| сметана                                    | 10         | 0,00             | 2,00         | 0,00          | 16,00                   | 4,00           | 12,00         | 9,00         | 0,00        | 0,00       | 0,00         | 629,00      |
| биточек рубленый из говядины               | 90         | 15,00            | 17,00        | 16,00         | 268,00                  | 640,0          | 282,0         | 42,0         | 2,0         | 4,0        | 0,0          | 451/4       |
| вермишель отварная                         | 150        | 5,00             | 5,00         | 36,00         | 211,00                  | 1008,00        | 64,00         | 20,00        | 1,00        | 0,00       | 0,00         | 273/96      |
| 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          | 311         |
| батон                                      | 25         | 2,0              | 1,0          | 13,0          | 69,0                    | 78,0           | 25,0          | 4,0          | 0,0         | 0,0        | 0,0          | 35,0        |
| хлеб ржаной                                | 25         | 3,0              | 1,0          | 16,0          | 85,0                    | 287,00         | 115,00        | 16,00        | 2,00        | 0,00       | 0,00         | 299         |
| <b>итого</b>                               | <b>700</b> | <b>27,0</b>      | <b>30,0</b>  | <b>118,0</b>  | <b>861,0</b>            | <b>2790,0</b>  | <b>1011,0</b> | <b>124,0</b> | <b>6,0</b>  | <b>4,0</b> | <b>17,0</b>  |             |
| <b>суббота</b>                             |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>обед</b>                                |            |                  |              |               |                         |                |               |              |             |            |              |             |
| суп из овощей                              | 200        | 2,0              | 4,0          | 9,0           | 74,0                    | 503,0          | 293,0         | 24,0         | 1,0         | 0,0        | 17,0         | 132/96      |
| 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 домашняя                           | 90         | 13,0             | 21,0         | 11,0          | 281,0                   | 624,0          | 228,0         | 15,0         | 2,0         | 0,0        | 0,0          | 476/97      |
| картофель отварной                         | 150        | 3,0              | 5,0          | 24,0          | 159,0                   | 1204,0         | 853,0         | 27,0         | 1,0         | 0,0        | 30,0         | 470/96      |
| 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                                      | 50         | 4,0              | 2,0          | 26,0          | 138,0                   | 163,0          | 50,0          | 8,0          | 0,0         | 0,0        | 0,0          | 35.01ттк    |
| <b>итого</b>                               | <b>700</b> | <b>25,0</b>      | <b>34,0</b>  | <b>96,0</b>   | <b>839,0</b>            | <b>2498,0</b>  | <b>1437,0</b> | <b>83,0</b>  | <b>4,0</b>  | <b>0,0</b> | <b>47,0</b>  |             |
| <b>итого за 6 дней</b>                     |            |                  |              |               | <b>5426,0</b>           |                |               |              |             |            |              |             |
| <b>среднее значение за период</b>          |            |                  |              |               | <b>904,3</b>            |                |               |              |             |            |              |             |

| Прием пищи, наименование блюда               | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность | микроэлементы |               |              |            | витамины   |              | № рецептуры |
|--|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|---------------|--------------|------------|------------|--------------|-------------|
|  |            | белки            | жиры         | углеводы     |                         | Na            | K             | Ca           | Fe         | B          | C            |             |
| <b>2 неделя</b>                              |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>понедельник</b>                           |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                  |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| суп картофельный с бобовыми                  | 200        | 5,0              | 4,0          | 16,00        | 118,0                   | 479,0         | 374,0         | 30,0         | 2,0        | 0,0        | 0,0          | 139/4       |
| шницель особый                               | 90         | 11,0             | 10,0         | 16,0         | 203,0                   | 792,0         | 56,0          | 18,0         | 1,0        | 0,0        | 1,0          | 389         |
| вермишель отварная                           | 150        | 5,00             | 5,00         | 36,00        | 211,00                  | 1008,00       | 64,00         | 20,00        | 1,00       | 0,00       | 0,00         | 273/96      |
| масло сливочное                              | 10         | 0,00             | 8,00         | 0,00         | 75,00                   | 1,00          | 2,00          | 1,00         | 0,00       | 0,00       | 0,00         | 22/97       |
| напиток из кураги                            | 200        | 1,0              | 0,0          | 28,0         | 116,0                   | 3,00          | 265,00        | 25,00        | 1,00       | 0,00       | 1,00         | 651/96      |
| батон  | 50         | 4,0              | 2,0          | 26,0         | 138,0                   | 163,0         | 50,0          | 8,0          | 0,0        | 0,0        | 0,0          | 35,01ттк    |
| <b>итого</b>                                 | <b>700</b> | <b>26,0</b>      | <b>29,0</b>  | <b>122,0</b> | <b>861,0</b>            | <b>2446,0</b> | <b>811,0</b>  | <b>102,0</b> | <b>5,0</b> | <b>0,0</b> | <b>2,0</b>   |             |
| <b>вторник</b>                               |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                  |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| борщ с капустой и картофелем                 | 200        | 1,00             | 3,00         | 10,00        | 78,00                   | 480,00        | 254,00        | 33,00        | 1,00       | 0,00       | 16,00        | 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      |
| биточек рубленый из свинины                  | 90         | 12,00            | 28,00        | 16,00        | 364,00                  | 1153,00       | 64,00         | 43,00        | 2,00       | 0,00       | 0,00         | 416/96      |
| капуста тушеная                              | 150        | 4,00             | 5,00         | 15,00        | 116,00                  | 606,00        | 369,00        | 93,00        | 1,00       | 0,00       | 80,00        | 482/96      |
| напиток яблочный                             | 200        | 2,0              | 0,0          | 27,0         | 111,0                   | 7,0           | 70,0          | 4,0          | 1,0        | 0,0        | 4,0          | 190         |
| 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  | 25         | 2,0              | 1,0          | 13,0         | 69,0                    | 78,00         | 25,00         | 4,00         | 0,00       | 0,00       | 0,00         | 35,0        |
| <b>итого</b>                                 | <b>700</b> | <b>24,0</b>      | <b>40,00</b> | <b>97,0</b>  | <b>839,0</b>            | <b>2615,0</b> | <b>909,0</b>  | <b>202,0</b> | <b>7,0</b> | <b>0,0</b> | <b>100,0</b> |             |
| <b>среда</b>                                 |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                  |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| суп из овощей                                | 200        | 2,0              | 4,0          | 9,0          | 74,0                    | 503,0         | 293,0         | 24,0         | 1,0        | 0,0        | 17,0         | 132/96      |
| 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 семейная из свинины                  | 90         | 10,0             | 22,0         | 11,0         | 289,0                   | 563,0         | 339,0         | 25,0         | 2,0        | 0,0        | 7,0          | 366,14      |
| рис отварной                                 | 150        | 14,0             | 6,0          | 31,0         | 223,0                   | 588,0         | 440,0         | 65,0         | 4,0        | 0,0        | 0,0          | 465/96      |
| напиток апельсиновый                         | 200        | 0,0              | 0,0          | 26,0         | 100,0                   | 3,0           | 44,0          | 8,0          | 0,0        | 0,0        | 13,0         | 312         |
| батон оздоровительный                        | 50         | 4,0              | 1,0          | 24,0         | 121,0                   | 234,0         | 47,0          | 8,0          | 0,0        | 0,0        | 0,0          | 882,01      |
| <b>итого</b>                                 | <b>700</b> | <b>30,0</b>      | <b>35,0</b>  | <b>101,0</b> | <b>823,0</b>            | <b>1895,0</b> | <b>1175,0</b> | <b>139,0</b> | <b>7,0</b> | <b>0,0</b> | <b>37,0</b>  |             |
| <b>четверг</b>                               |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                  |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| щи из свежей капусты и картофеля             | 200        | 1,00             | 4,00         | 7,00         | 85,00                   | 478,00        | 238,00        | 33,00        | 1,00       | 0,00       | 24,00        | 120/96      |
| сметана                                      | 10         | 0,00             | 2,00         | 0,00         | 16,00                   | 4,00          | 12,00         | 9,00         | 0,00       | 0,00       | 0,00         | 629,00      |
| тефтели из говядины в соусе                  | 110        | 9,0              | 11,0         | 13,0         | 189,0                   | 1004,0        | 96,0          | 35,0         | 0,0        | 0,0        | 3,0          | 422/96      |
| картофель отварной                           | 150        | 3,0              | 5,0          | 24,0         | 159,0                   | 1204,0        | 853,0         | 27,0         | 1,0        | 0,0        | 30,0         | 470/96      |
| напиток лимонный                             | 200        | 0,0              | 0,0          | 24,0         | 96,0                    | 2,0           | 27,0          | 7,0          | 0,0        | 0,0        | 6,0          | 312,01      |
| 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  | 25         | 2,0              | 1,0          | 13,0         | 69,0                    | 78,00         | 25,00         | 4,00         | 0,00       | 0,00       | 0,00         | 35,0        |
| <b>итого</b>                                 | <b>720</b> | <b>18,0</b>      | <b>24,0</b>  | <b>97,0</b>  | <b>699,0</b>            | <b>3057,0</b> | <b>1366,0</b> | <b>131,0</b> | <b>4,0</b> | <b>0,0</b> | <b>63,0</b>  |             |
| <b>пятница</b>                               |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                  |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| рассольник ленинградский с перловой крупой   | 200        | 2,0              | 4,0          | 17,0         | 116,0                   | 773,0         | 486,0         | 26,0         | 1,0        | 0,0        | 17,0         | 129/96      |
| 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 московская (К)                       | 90         | 14,00            | 17,00        | 12,00        | 254,00                  | 636,00        | 191,00        | 18,00        | 1,00       | 0,00       | 1,00         | 379,14      |
| рис припущенный                              | 150        | 2,00             | 9,00         | 21,00        | 174,00                  | 2,0           | 26,0          | 1,0          | 0,0        | 0,0        | 0,0          | 466/96      |
| 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          | 773/ттк     |
| 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  | 25         | 2,0              | 1,0          | 13,0         | 69,0                    | 78,00         | 25,00         | 4,00         | 0,00       | 0,00       | 0,00         | 35,0        |
| <b>итого</b>                                 | <b>700</b> | <b>23,0</b>      | <b>34,0</b>  | <b>99,0</b>  | <b>810,0</b>            | <b>1780,0</b> | <b>882,0</b>  | <b>81,0</b>  | <b>4,0</b> | <b>0,0</b> | <b>18,0</b>  |             |
| <b>суббота</b>                               |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>Обед</b>                                  |            |                  |              |              |                         |               |               |              |            |            |              |             |
| суп карт.с макаронными изделиями (вермишель) | 200        | 3,0              | 3,0          | 21,0         | 124,0                   | 606,0         | 476,0         | 23,0         | 1,0        | 0,0        | 17,0         | 140/4       |
| котлета по-хлыновски                         | 90         | 15,0             | 20,0         | 8,0          | 272,0                   | 570,0         | 370,0         | 21,0         | 2,0        | 0,0        | 5,0          | 417/96      |
| вермишель отварная                           | 150        | 5,0              | 5,0          | 36,0         | 211,0                   | 1008,0        | 64,0          | 20,0         | 1,0        | 0,0        | 0,0          | 273/96      |
| 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  | 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>715</b> | <b>32,0</b>      | <b>30,0</b>  | <b>131,0</b> | <b>984,0</b>            | <b>2418,0</b> | <b>985,0</b>  | <b>77,0</b>  | <b>5,0</b> | <b>0,0</b> | <b>22,0</b>  |             |
| <b>итого за 6 дней</b>                       |            |                  |              |              | <b>5016,0</b>           |               |               |              |            |            |              |             |
| <b>среднее значение за период</b>            |            |                  |              |              | <b>836,0</b>            |               |               |              |            |            |              |             |

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 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.