

СОГЛАСОВАНО:

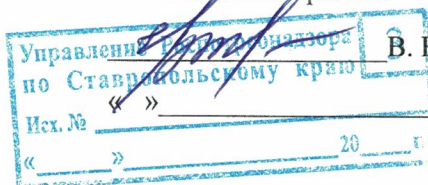
И. о. начальника ТО Управления

Роспотребнадзора по СК

в Шпаковском районе

В. В. Евтеева

2023г.



УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО «Северная Пальмира»

В. С. Цормутян

2023г.



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ СОШ 4 с. Красное

Е. И. Долгая

2023г.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА
для организации горячего питания
детей с ограниченными возможностями здоровья
Грacheвского муниципального округа
«2023/2024 учебный год»

ОВЗ

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		К	Са	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
Первая неделя																
1 ДЕНЬ (понедельник)																
ЗАВТРАК																
183/2017	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	300	10,25	14,8	54,0	387,8	311,5	225,6	67,3	281,0	33,6	0,0	0,0	0,0	1,5	1,7
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
1/2017	Бутерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	10,35	14,75	68,97	445,40	324,35	228,43	69,45	285,12	34,00	0,00	0,00	0,00	1,50	1,70
ОБЕД																
82/2017	Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	5,17	11,47	103,76	357,63	33,53	24,25	49,72	1,10	0,00	0,02	0,03	0,68	19,98
235/2017	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	90/5	8,06	7,47	5,67	120,39	212,04	29,24	26,44	116,56	0,50	0,04	0,05	0,06	0,59	2,66
134/2017	Картофель отварной	215	3,54	6,12	28,91	186,89	1036,03	17,73	40,79	102,85	1,60	0,00	0,00	0,00	1,98	35,47
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	31,76	126,40	0,60	0,60	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	15,39	24,16	87,77	589,84	1631,70	86,30	98,48	285,73	3,55	0,04	0,07	0,09	3,56	58,35
	Всего за 1 день		22,87	35,25	124,99	862,26	1733,28	269,28	150,81	503,99	7,01	0,08	0,07	0,09	5,08	54,69
2 ДЕНЬ (вторник)																
ЗАВТРАК																
173/2017	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	300	7,02	11,92	38,91	289,23	135,37	132,27	69,81	228,81	3,23	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	7,12	11,92	53,88	346,88	148,22	135,07	72,01	232,93	3,63	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
ОБЕД																
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	475,90	15,10	24,05	63,50	0,80	0,00	0,00	0,00	1,08	16,50
288/2017	Птица отварная	90	14,50	1,17	0,36	69,91	181,64	5,35	52,96	105,74	0,87	42,95	0,04	0,04	6,57	1,25
302/2017	Каша пшеничная рассыпчатая	220	9,84	6,55	43,93	269,23	133,96	19,15	66,75	155,27	4,07	0,00	0,00	0,00	0,90	0,00
342/2017	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	28,85	16,19	98,84	607,67	928,70	51,60	154,36	345,51	6,94	42,95	0,04	0,04	8,86	21,75
	Всего за 2 день		35,97	28,11	152,72	954,55	1076,92	186,67	226,37	578,44	10,57	43,01	0,26	0,22	9,35	22,93
3 ДЕНЬ (среда)																
ЗАВТРАК																
181/2017	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	300	6,4	4	37,8	210,9	188,7	135,2	42,2	173,6	2,4	0	0	0	1,2	1,2

209/2017	Яйца вареные	1 шт./40	5,08	4,60	0,28	63,00	56,00	22,00	4,80	76,80	1,00	100,00	0,03	0,18	0,00	0,00
г/п	Хлеб пшеничный	40	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0
204/2017	Макаронные отварные с сыром	270	16,07	4,12	29,6	219,73	88,2	59,19	25,9	103,5	0,51	42,97	0,98	0	0	0
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Итого	550	23,56	9,62	59,79	418,98	195,15	91,79	43,40	209,32	2,39	142,97	1,06	0,20	0,46	0,00
	ОБЕД															
82/2017	Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	5,17	11,47	103,76	357,63	33,53	24,25	49,72	1,10	0,00	0,02	0,03	0,68	19,98
291/2017	Плов из птицы	310	25,85	22,23	39,74	467,50	362,18	36,02	38,96	208,46	3,05	40,80	0,14	0,23	9,00	3,00
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	29,30	32,80	76,14	681,31	758,06	77,55	72,41	278,90	4,87	40,80	0,16	0,26	9,99	22,98
	Всего за 6 день		52,86	42,42	135,93	1100,29	953,21	169,34	115,81	488,22	7,26	183,77	1,22	0,46	10,45	22,98
	7 ДЕНЬ (вторник)															
	ЗАВТРАК															
173/2017	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	300	8,78	14,90	48,63	361,53	169,21	165,34	87,26	282,26	4,04	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	8,88	14,90	63,60	419,18	182,06	168,14	89,46	286,38	4,96	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
	ОБЕД															
102/2017	Суп картофельный с бобовыми	250	5,97	5,52	20,14	155,67	474,89	29,54	35,51	87,55	1,87	0,01	0,18	0,04	1,26	11,63
229/2017	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	13,87	8,76	2,97	74,69	188,52	17,49	20,62	106,79	0,46	0,00	0,05	0,05	0,70	2,46
312/2017	Пюре картофельное	220	3,70	5,79	25,05	147,57	764,57	42,44	32,99	96,75	1,19	0,03	0,01	0,04	1,69	25,97
342/2017	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	25,24	25,63	82,00	524,93	1565,18	101,47	99,72	312,09	4,72	0,04	0,24	0,13	3,96	44,06
	Всего за 7 день		34,12	40,53	145,60	944,11	1747,24	269,61	189,18	598,47	9,68	0,10	0,46	0,31	4,45	45,24
	8 ДЕНЬ (среда)															
	ЗАВТРАК															
183/2017	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	300	7,7	3,4	48,4	243,7	140,6	115,5	13,4	196,8	2,7	0,0	0,1	0,0	0,6	1,2
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
1/2017	Бутерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	7,80	3,40	63,37	301,35	153,45	118,30	15,60	200,92	3,10	0,00	0,10	0,00	0,60	1,20
	ОБЕД															
88/2017	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,91	5,15	10,22	96,41	400,92	30,81	22,53	49,07	0,38	0,00	0,00	0,00	0,66	28,95
268/2017	Биточек из говядины с маслом сливочным	90/5	8,33	12,90	8,93	183,98	142,88	9,22	12,29	81,38	1,20	0,03	0,02	0,08	1,89	0,55
202/2017	Макаронные изделия отварные	215	5,35	4,40	35,62	206,90	64,46	10,35	8,32	45,38	0,62	0,03	0,00	0,00	0	0
377/2017	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,17	60,05	24,25	5,6	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	17,23	27,85	79,90	599,74	657,91	61,18	53,14	198,03	2,92	0,06	0,02	0,08	2,86	32,30
	Всего за 8 день		25,03	31,25	143,27	901,09	811,36	179,48	68,74	398,95	6,02	0,06	0,12	0,08	3,46	33,50
	9 ДЕНЬ (четверг)															

ЗАВТРАК																
181/2017	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	300	6,4	4	37,8	210,9	188,7	135,2	42,2	173,6	2,4	0	0	0	1,2	1,2
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Итого	550	12,30	12,88	67,78	434,20	260,30	302,90	55,50	206,42	3,32	0,10	0,05	0,03	1,68	1,20
ОБЕД																
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	475,90	15,10	24,05	63,50	0,80	0,00	0,00	0,00	1,08	16,50
294/2017	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	90/5	10,0459	6,702	8,3642	134,752	130,489	8,87	37,753	78,243	0,794	25,938	0,0259	0,0259	4,21	0,666
171/2017	Каша рассыпчатая гречневая	215	8,74	6,12	42,92	266,18	116,45	49,47	67,78	206,63	5,53	0,03	0,37	0,14	2,89	0,00
399/2014	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7,00	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	24,14	21,33	102,15	666,86	988,24	92,64	144,58	378,97	10,24	25,97	0,40	0,17	8,89	21,17
Всего за 9 день			36,44	34,21	169,93	1101,06	1248,54	395,54	200,08	585,39	13,56	26,07	0,44	0,19	10,57	22,37
10 ДЕНЬ (пятница)																
ЗАВТРАК																
417/2009	Макароны отварные с овощами	300	5,68	6,89	38,06	240,64	67,70	9,83	8,74	47,50	0,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
1/2017	Бутерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	5,8	6,9	53,0	298,3	80,6	12,6	10,9	51,6	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
ОБЕД																
96/2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,41	6,10	17,44	136,70	489,95	21,40	28,95	74,65	0,94	0,01	0,01	0,01	1,18	16,77
288/2017	Птица отварная	90	14,50	1,17	0,36	69,91	181,64	5,35	52,96	105,74	0,87	42,95	0,04	0,04	6,57	1,25
302/2017	Каша пшеничная рассыпчатая	215	8,69	5,78	38,77	237,56	118,20	16,90	58,90	137,00	4,07	0,00	0,00	0,00	0,90	0,00
358/2017	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,3	0,06	37,97	151,26	74,22	8,68	2,4	11,9	0,84	0	0	0	0,12	1,2
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	27,44	18,51	104,50	647,83	889,41	57,53	150,21	345,89	7,04	42,96	0,05	0,05	9,08	19,22
Всего за 10 день			33,22	25,40	157,53	946,12	969,96	70,16	161,15	397,51	8,10	42,96	0,05	0,05	9,08	19,22
Всего за 10 дней			34,2	34,5	1517,90	10046,00	11628,63	2231,36	1473,72	4972,32	88,19	362,95	3,51	1,95	77,20	291,31
Среднее значение за 1 день			34,2	34,5	151,79	1004,60	1162,86	223,14	147,37	497,23	8,82	36,29	0,35	0,19	7,72	29,13