

Согласовано:  
и.о. директора МАОУ «СОШ №7»  
Т.Г. Никифорова

Утверждено:  
И.П. Антонова И.В.  
И.В. Антонова

Примерное меню для обучающихся ОВЗ 1-4 классов на 152,00 руб.  
Возрастная категория : 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептур	Цена (руб)
			Б	Ж	У			
<b>Неделя 1</b>								
1 день (пн)	Каша жидкая мол.пшениная с маслом	200	7,15	11,16	35,29	271,43	182	23,50
	Бутерброд с сыром	60	7,52	9,43	17,8	186	3	20,98
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2лн-2020	2,98
2 прием	Йогурт	290	8,12	24,36	42,05	420,5		61,00
	Мармелад	70	3,85	0,14	50,4	217		28,00
	<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>30,48</b>	<b>45,57</b>	<b>174,26</b>	<b>1219,31</b>		<b>139,10</b>
2 день (вт)	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	312	21,7
	Котлета мясная с соусом	140	14,08	16,08	15,05	264,25	268/331	60,01
	Напиток "Витошка с Витаминами"	200			19	80		13,00
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	2 прием	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	
	Сок фруктовый в тетр.	200	1	0	20,2	84,8		38,00
	<b>Итого:</b>	<b>930</b>	<b>22,58</b>	<b>22,16</b>	<b>116,61</b>	<b>758,28</b>		<b>173,15</b>
3 день (ср)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,51	6,36	37,7	242,16	202"	22,20
	Птица в соусе с томатом	140	13,3	15,5	3,1	205	367"	69,56
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2лн-2020	2,98
	2 прием	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	
	Козинак подсолнечный	50	8,5	16,5	21,5	270		18,00
	<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>34,95</b>	<b>39,64</b>	<b>110,62</b>	<b>935,54</b>		<b>153,18</b>
4 день (чт)	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,45	5,79	30,46	195,71	203	11,00
	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят	95	13,21	25,39	13,35	335	295	45,42
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2лн-2020	2,98
	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47		18,90
	2 прием	Йогурт	100	2,5	1,2	16	85	
	Мармелад	70	3,85	0,14	50,4	217		28,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>29,25</b>	<b>33,4</b>	<b>148,73</b>	<b>1004,09</b>		<b>138,94</b>
5 день (пт)	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	312	21,7
	Тефтели мясные с соусом	140	9,49	10,55	12,01	180,73	279/331	61,75
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Какао с молоком сгущенным	200	3,67	2,6	25,09	138,4	383	18,70
	2 прием	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	
	Сок фруктовый в тетр.	200	1	0	20,2	84,8		38,00
	<b>Итого:</b>	<b>930</b>	<b>21,66</b>	<b>19,23</b>	<b>119,66</b>	<b>733,16</b>		<b>180,59</b>



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	Цена (руб)
			Б	Ж	У			
<b>Неделя 2</b>								
6 день (пн)	Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	5,78	10,65	31,89	247,62	175	23,43
	Бутерброд горячий с сыром	70	8,48	5,14	20,78	163,8	7	25,58
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	2,98
2 прием	Йогурт	290	8,12	24,36	42,05	420,5		61,00
	Мармелад	70	3,85	0,14	50,4	217		28,00
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>30,07</b>	<b>40,77</b>	<b>173,84</b>	<b>1173,3</b>		<b>143,63</b>
7 день (вт)	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,45	5,79	30,46	195,71	203	11,00
	Биточки мясные с соусом	140	14,08	16,08	15,05	264,25	268/331	60,01
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	2,98
	2 прием	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	
	Сок фруктовый в тетр.	200	1	0	20,2	84,8		38,00
	<b>Итого:</b>	<b>930</b>	<b>25,17</b>	<b>23,15</b>	<b>114,03</b>	<b>763,14</b>		<b>152,43</b>
8 день (ср)	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	312	21,70
	Тефтели мясные с соусом	140	9,49	10,55	12,01	180,73	279/331	61,75
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2,94	1,99	20,92	113,4	380	18,70
	2 прием	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>19,93</b>	<b>18,62</b>	<b>95,29</b>	<b>623,36</b>		<b>142,59</b>
9 день (чт)	Каша вязкая молочная из риса	200	5,71	10,33	40,9	280	174	28,30
	Булочка "Школьная"	60	5,01	1,92	26,91	145		15,00
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	2,98
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	2 прием	Йогурт	100	2,5	1,2	16	85	
	Мармелад	70	3,85	0,14	50,4	217		28,00
	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94		37,80
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>21,71</b>	<b>14,87</b>	<b>182,53</b>	<b>945,38</b>		<b>144,72</b>
10 день (пт)	Овощи натуральные свежие	60	0,42	0,06	11,52	7,2	71	16,28
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,45	5,79	30,46	195,71	203	9,43
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	95	13,21	25,39	13,35	335	295	45,42
	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40	3,64	0,48	22,32	97,98		2,64
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	2,98
	2 прием	Сок фруктовый в тетр.	200	1	0	20,2	84,8	
	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94		37,80
	<b>Итого:</b>	<b>945</b>	<b>24,72</b>	<b>32,52</b>	<b>123,85</b>	<b>841,09</b>		<b>152,55</b>
	<b>Итого за 10 дней:</b>	<b>8600</b>	<b>260,52</b>	<b>289,93</b>	<b>1359,4</b>	<b>8996,65</b>		<b>1520,88</b>
	<b>Итого за день среднее:</b>	<b>860</b>	<b>26,052</b>	<b>28,993</b>	<b>135,942</b>	<b>899,665</b>		<b>152,00</b>
*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011г.								
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4 классов ОО Новосибирск 2020								
Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий Пермь 2021								