

20-ти дневное МЕНЮ МБОУ СОШ № 8



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 8
Н.Г.Питина
Приказ № 184 от "30" 12 2020г

для организации питания детей (основное) с ограниченными возможностями здоровья

*в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические
требования к организации питания общественного питания населения"*

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукцию для обучающихся во всех образовательных
учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,-М.:Де/1и плюс, 2015,-544с

В соответствии нормативов Учреждения Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский
институт питания РАМН, 2011

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон:
Возрастная категория:

Анализаторы	Дети с ОВЗ	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У	Б1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
№ реч.	Принём пищу, наименование блюда																
175	Каши вязкая на молоке (из хлопьев овсяный)	200	10,68	7,06	36,96	208,24	0,22	2,08	32,00	0,86	221,60	128,00	26,70	1,30	Завтрак		
379	Напиток кофейный с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	90,00	14,00	0,13			
ИТОГО:			13,85	9,74	52,91	308,84											
ИТОГО за день:			13,85	9,74	52,91	308,84											

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тугельяна,-М.:Де/Ли плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день		пищевые вещества		энерг.	
		Б	Ж	У	ккал - ккал
Потребность по Сан Пин (60-70%)		46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню		13,85	9,74	52,91	308,84

День: понедельник
Неделя: первая

Возрастная категория:		Дети с ОВЗ														
№ реч.	Принём пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
			Обед													
82	Борщ с тушёной свининой и сметаной	250	2,82	5,29	11,98	142,25	0,09	8,38		2,35	31,15	56,73	24,18	0,93		
312	Картофельное пюре с молоком и сливочным маслом	200	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06		0,97	4,86	37,17	21,12	1,11			
246	Цыпленок отварной	110	13,36	14,08	0,85	164,00	0,01	1,20		0,82	23,60	117,03	20,27	2,00		
348	Кусель фруктовый концентрат	200	0,78	0,05	27,63	114,80	0,02	0,60		0,36	32,32	21,90	17,56	0,48		
	Хлеб ржаной	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04				9,20	42,40	10,00	1,24		
ИТОГО:			24,71	24,81	86,67	681,46										

День: вторник Завтрак
Неделя: первая
Сезон:

Возрастная категория:

Категория:	Дети с ОВЗ	Принят пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Завтрак																	
223		Запеканка из творога со сметаной	120	24,84	18,00	32,40	279,60	0,04	0,15	45,00	0,60	97,50	141,00	16,50	0,67		
		Сырники	10														
375		Чай с лимоном	200/15/7	0,53			9,87	41,60	0,00	2,13	-	-	15,33	23,20	12,27	2,13	
Итого:				25,37	18,00	42,27	321,20										
Итого за день:				25,37	18,00	42,27	321,20										

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,-М.:Де/и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
Потребность по Сан Пин (60-70%)				
По меню				
	25,37	18,00	42,27	321,20

День: вторник
Неделя: первая

Возрастная категория:

Заголовок		Дети с ОВЗ			Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)						
№ п/п	Принят пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Обед														
89	Щи из свежей капусты, картофеля, с тушеной свиной и сметаной	250	2,60	5,12	10,93	138,75	0,05	10,68		2,40	51,73	54,60	26,13	1,23
229	Колбаса жареная из свиной	50	9,75	4,95	3,80	105,00	0,05	3,73	5,82	2,52	39,07	162,19	48,53	0,85
312	Макаронные отварные с мясом сливочным	200	3,07	0,02	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,60	27,75	1,01
389	Салат фруктовый (фруктовый)	200	1	0	20,2	84,8	0,022	6	0	0,2	14	14	8	2,8
	Чай фруктовый	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24
Итого:			18,66	10,97	75,13	557,76								

Дети: среда
Нелетя: первая
Сезон:

Возрастная категория: Дети с ОБЗ																		
№ п/п.	Принят пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетиче			Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			б	ж	у	ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Завтрак																		
295	Каша, варенная из пшеницы	40	11,67	5,49	5,40	94,88	0,03	0,08	8,00	0,15	17,60	38,40	10,40	0,88				
321	Творожная запеканка	150	3,02	8,11	22,14	172,16	0,04	21,6		1,1	75,8	59,5	28,6	2,3				
Итого за день:			14,69	13,60	27,54	267,04												

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукцино для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,-М.:Де/и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день		пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
		б	ж	у	
Потребность по Сан Пин (60-70%)		46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню		14,69	13,60	27,54	267,04

Дети: среда
Нелетя: первая

Возрастная категория: Дети с ОБЗ																		
№ п/п	Принят пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетиче-ская	Витамины (мг.)							Минеральные вещества (мг.)				
			б	ж	у		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Обед																		
112	Рассольник с тушеной свининой	250	3,37	2,98	15,69	144,00	0,09	6,08				1,45	31,50	57,73	23,80	1,00		
295	Варенный картофель из свинины	50	15,30	29,40	15,46	388,00	0,10	1,04	91,40			2,90	55,54	97,54	20,80	1,42		
139	Каша рассыпчатая гречневая со сливочным маслом	150	2,04	3,68	7,89	77,00	0,04	17,08				1,95	58,75	40,69	20,85	0,83		
389	Сок фруктовый (облепиховый)	200	1	0	20,2	84,8	0,022	6	0			0,2	14	14	8	2,8		
	Итого за день:	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04					0,36	9,20	42,40	10,00	1,24		
			23,95	36,94	79,00	785,76												

День: четверг
Неделя: первая
Сезон:
Возрастная категория: Дети с ОБЗ

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак																
182	Пюре картофельное	150	2,08	2,33	12,75	73,15	0,77	2,50	22,10	0,10	25,50	51,30	17,80	0,57		
382	Котлеты или биточки рыбные	40	14,89	2,65	5,52	76,91	0,03	0,24	7,15	0,36	31,77	100,66	15,41	0,43		
376	Чай с сахаром	200	0,53		9,47	40,00	0,00	2,13			15,33	23,20	12,27	2,13		
Итого			17,50	4,98	27,74	190,06										

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М.:Де/Ии плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
Потребность по Сан Пин (60-70%)				
По меню				

День: четверг
Неделя: первая

Возрастная категория: Дети с ОБЗ

№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Обед																
98	Суп полевой с тушеной свиной	250	2,57	5,15	7,90	124,75	0,06	15,78		2,35	51,25	49,00	22,13	0,83		
278	Резу из овощей с цитрусовым	250	7,83	8,75	10,25	151,00	0,05	0,72	33,92	0,55	27,95	88,37	18,33	0,87		
389	Кисель с молоком	200	1	0	20,2	84,8	0,022	6	0	0,2	14	14	8	2,8		
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24		
ИТОГО:			13,64	14,78	58,11	452,51										

Сезон:

категория:

NP	No net
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15
16	16
17	17
18	18
19	19
20	20
21	21
22	22
23	23
24	24
25	25
26	26
27	27
28	28
29	29
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
36	36
37	37
38	38
39	39
40	40
41	41
42	42
43	43
44	44
45	45
46	46
47	47
48	48
49	49
50	50
51	51
52	52
53	53
54	54
55	55
56	56
57	57
58	58
59	59
60	60
61	61
62	62
63	63
64	64
65	65
66	66
67	67
68	68
69	69
70	70
71	71
72	72
73	73
74	74
75	75
76	76
77	77
78	78
79	79
80	80
81	81
82	82
83	83
84	84
85	85
86	86
87	87
88	88
89	89
90	90
91	91
92	92
93	93
94	94
95	95
96	96
97	97
98	98
99	99
100	100

Калькулятор: диета с ОВЗ														
№ пач.	Продукт пишу, наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергия ккал	Витамины (мг.)							
			б	ж	у		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак														
284	Запеканка картофельная с мясом и морковью	125	15,07	7,34	17,18	162,42	0,07	0,62	31,26	0,46	37,65	110,15	29,21	1,25
ИТОГО:			15,07	7,34	17,18	162,42								
Обед														
ИТОГО:			15,07	7,34	17,18	162,42								
ИТОГО за день:			30,14	14,68	34,36	324,84								

Сборник технических нормативов—Сборник рецептов по прокускино для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, М.:Де/и шнос, 2015, 544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	б	ж	у	
Потребность по Сан ПИТ (60-70%)	46,250,9	47,455,3	201-234,5	1410-1645
По меню	30,14	14,68	34,36	324,64

Нелюдя

категория:

No bell.

№ пач.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетич ккал	Витамины (мг.)								Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
Обед																			
127	Суп рисовый с мясом	250	2,60	5,12	10,93	138,75	0,05	10,68		2,40	51,73	54,60	26,13	1,23					
304	Масса рисовая (пресепит)	150	3,07	0,92	20,44	137,75	0,14	18,16		0,48	36,98	86,60	27,75	1,01					
228	Рыба жареная (треска)	75	12,12	0,32	0,92	146,00	0,08	0,84		49,00		45,84	45,84	0,90					
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,78	0,05	27,63	114,60	0,02	0,60		0,82	32,32	21,90	17,56	0,48					
Медь равной		50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24					
Итого:			25,31	14,29	79,68	628,76													

Четверт
вторая

Дети с ОБЗ

№ п/п	Прёмм пици, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетич. ед.	Витаминны (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг.	Fe		
ЗАВТРАК																
175	Каша из пшена и риса молочная	200	0,40	9,30	31,10	183,40	0,40	1,90	71,60	0,40	92,30	128,00	26,70	1,30		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	9,66	46,76	0,02	0,02	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22				
375	Чай с лимоном	200/15/7	0,53	9,87	41,60	0,00		2,13	-		15,33	23,20	12,27	2,13		
ИТОГО:			2,53	9,70	50,63	271,76										
ИТОГО за день:			2,53	9,70	50,63	271,76										

инических нормативов—Сборник рецептов по продуктивно для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.—М.:Де/и шнос, 2015.—54с

Средние показания на День	пищевые вещества			энергет. ценн, ккал
	Б	Ж	У	
Потребность по Сан Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню	2,51	9,70	50,63	271,76

День: четверг

Цель: вторая

Возрастная категория:

Дети с ОВЗ

№ п/п	Принём пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетич. эквал.	Витаминны (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Обед																
99	Суп с мажоринскими пельменями и чизбургером	250	2,28	5,12	6,09	111,25	0,04	9,88		2,30	37,88	33,58	27,75	0,58		
314	Макароны с сыром и сливочным маслом	250	3,07	0,02	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	96,98	86,60	74,18	1,01		
389	Каша рисовая	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24		
	Компот с малиной	200	1	0	20,2		0,022	6		0,2	14	14	8	2,8		
Итого:			8,59	6,02	56,49	425,26										

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон:

Возрастная категория:

категория:	Легенда	Принят пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
				Завтрак													
		Компот, варенная из плодов	40	11,67	5,49	5,40		0,03	0,08	8,00	0,15	17,60	38,40	10,40	0,88		
	295	Кош. записки, расписание	150	8,93	6,50	39,84		0,20				14,60	210,00	140,00	5,01		
	302	Хлеб пшеничный	20	3,16	0,40	19,32		0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44		
	Итого:			23,76	12,39	64,56											
	Итого за день:			23,76	12,39	64,56											

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,-М.:Де/и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
Потребность по Сан Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-56,3	201-234,5	1410-1645
По меню	23,76	12,39	64,56	420,26

День: пятница
Неделя: вторая

Возрастная категория:

Категория: Дети с ОБЗ																
№ реч.	Принят пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Обед																
89	Ци из свежей картошки, картофеля, с тушеной свиной и сметаной	250	2,60	5,12	10,93	138,75	0,05	10,68		2,40	51,73	54,60	26,13	1,23		
296	Жарное по-домашнему с мясом свиным	250	23,46	25,82	0,50	328,00	0,04	23,50	96,20	0,42	56,00	167,10	20,28	1,82		
375	Чай с лимоном	210	0,40	0,10	0,08	6,40	0,00	0,20	-	-	19,62	16,48	8,80	1,64		
	Хлеб ржаной	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24		
Итого:			28,70	31,92	31,27	565,11										

День: понедельник
Неделя: третья

Сезон:

Возрастная категория:

категория: День с ОБЗ															
№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак															
309	Мороженое сливочное с мясом	200/10	6,80	20,00	38,00	269,20	0,01				2,60	16,00	46,00	10,00	
267	Компот, мясной натуральный	40	9,00	8,00	4,40	115,33	0,04		0,13	2,33	0,46	17,26	70,00	13,33	
ИТОГО:			15,80	28,00	42,40	384,53								0,20	
ИТОГО за день:			15,80	28,00	42,40										

Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тугельяна,-М.,Де/и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день		пищевые вещества		
		Б	Ж	У
Потребность по Сан Пин (60-70%)		46,2-53,9	47,4-56,3	201-234,5
По меню		15,80	28,00	42,40
				384,53

День: понедельник
Неделя: третья

Вопросник															
День с ОБЗ															
№ реч.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca				
Обед															

82	Борщ с тушеной свиной и сметаной	250	2,82	5,29	11,98	142,25	0,09	8,38			2,35	31,15	56,73
312	Картофельное пюре с молоком и сливочным маслом	200	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06				0,97	4,86	37,17
246	Цыпленок отварной	110	13,36	14,08	0,85	164,00	0,01	1,20				23,60	117,03
348	Мясн. фруктов. салат	200	0,28	0,05	27,63	114,80	0,02	0,60			0,82	32,32	21,90
ИТОГО:		50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04				0,36	9,20	42,40
ИТОГО:			24,71	24,31	96,67	681,46							

День: вторник
Неделя: третья
Сезон:

Возрастная категория:

КАТЕГОРИИ:		Дети с ОВЗ															
№ реч.	Принят пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)						Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Завтрак																	
188	Каша жидкая молочная из овсяной крупы с маслом слив.	200	5,10	10,72	33,42	251,00	0,06	1,17	58,00	0,21	130,09	138,14	30,12	0,47			
379	Напиток молочный с яблоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	90,00	14,00	0,13			
Итого:			8,27	13,40	49,37	351,60											
Итого за день:																	

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукции для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,-М.:Де/и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			Энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
Потребность по Сан Пин (60-70%)				49,37
По меню				351,60

День: вторник
Неделя: третья

Возрастная категория:

Категория:		Дети с ОВЗ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
------------	--	------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

День: четверг
Неделя: третья

Сезон:

Возрастная категория: Дети с ОБЗ

Категория:	Дети 0-3	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
№ п/п				Завтрак													
1/5	Каши из пшена и риса молочная	200	0,40	9,30	31,10	183,40	0,40	1,90	71,60	0,40	92,30	128,00	26,70	1,30			
4/9	Пирожки печеные с яблоком	50	3,48	1,63	26,59	129,20	0,04	1,56		0,44	8,95	31,61	5,29	0,74			
3/6	Чай с сахаром	200	0,53		9,47	40,00	0,00	2,13			15,33	23,20	12,27	2,13			
Итого:			4,41	10,93	67,16	352,60											
Итого за день:			4,41	10,93	67,16	352,60											

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукции для обучающихся во всех образовательных учреждениях/год ред. М.П.Могильного и В.А.Гутельяна,-М.:Де/и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал	
	Б	Ж	У		
Потребность по Сан Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645	
По меню	4,41	10,93	67,16	352,60	

День: четверг

Неделя: третья

Сезон:

Возрастная категория: Дети с ОБЗ

категория:	Легенда	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
№ п/п				Обед												
98		Суп говяжий с тушеной говядиной	250	2,57	5,15	7,90	124,75	0,06	15,78		2,35	51,25	49,00	22,13	0,83	
2/8		Резь из овощей с чипсами	250	7,83	8,75	10,25	151,00	0,05	0,72	33,92	0,55	27,95	88,37	18,33	0,87	
3/9		Каша с яблоком	200	1	0	20,2	84,8	0,022	6	0	0,2	14	14	8	2,8	
		Чай с сахаром	40	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:				13,64	14,78	58,11	452,51									

пятница
третья

пятница
третья

10

Дети с ОБЗ

[illegible]

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукции для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Люд рел, М.П.Могильного и В.А.Тугельяна, -М., Дел/и плюс, 2015, -544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
Потребность по САН ПИИ (50-70%)	46,5,5,9	47,4,55,3	201,234,5	1410-1645
По меню	8,76	11,98	27,67	241,76

пятница
третья

пятница
третья

•

Детис ОБЗ

№ п/п	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витаминный (мкг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Обед																
102	Суп картофельный с фрикадельками	250	5,60	10,84	19,23	144,43	0,15	5,83	2,45	43,23	137,78	38,25	1,83			
227	Мясной суп	75	17,12	8,22	0,92	146,00	0,08	0,84	0,48	15,46	195,68	45,84	0,90			
304	Рыба тушеная в масле (треска)	150	3,07	0,02	20,44	131,25	0,14	18,16	0,18	36,98	86,60	27,75	1,01			
375	Котлетная котлета	210	0,40	0,10	0,08	6,40	0,00	0,20	-	16,48	8,80	1,64	1,64			
	Чай с лимоном	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04		0,36	9,20	42,40	10,00	1,24			
	Хлеб ржаной															
Итого:			28,43	20,06	60,43	326,04										

понедельник
четвертая

Летис с ОБЗ

Дети с ОБЗ

Против плесни, наименование грибка	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергичность ккал	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак															
Каша овсяная на молоке (из хлопьев овсяных)	200	10,68	7,06	36,96	208,24	0,22	2,08	32,00	0,86	221,60	128,00	26,70	1,30		
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,40	9,66	46,76	0,02	0,26	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22			
Напиток кефирный с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13			
		15,48	10,14	62,57	355,60										
		15,43	10,14	62,57	355,60										

учреждений/Под ред. М.П.Мотыльнова и В.А.Тутельяна, -М.:Де/и плюс, 2015, -544с

Средние показания на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	б	ж	у	
Потребность по Сан-Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню	15,43	10,14	62,57	355,60

понедельник
четвертая

Дети с ОВЗ

Детям с ОБЗ

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витаминный (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Обед															
Суп нормальный с борщевым (супов) и тушёной свининой	250	3,37	2,98	15,69	144,00	0,09		6,08			1,45	31,50	57,73	23,80	1,00
Пюре из картофеля	250	17,12	8,22	0,92	146,00	0,08	0,84	49,00	0,48	15,46	195,68	45,84	0,90		
Копчёный напиток на сгущённом молоке	200	0,16	0,16	27,88	0,16	0,06	0,90	-	0,08	14,18	4,40	5,14	0,95		
Чай розовый	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24		
		22,89	112,24		696,56						64,25				

вторник
четвертая

Четвертая

Четвертая

Дети с ОБ:

Приведенное наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
		Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Пюре варено-мороженое	150	2,08	2,33	12,75	73,15	0,77	2,50	22,10	0,10	25,50	51,30	17,40	0,57
Компости или блинчики рыбные	40	14,89	2,65	5,52	76,91	0,03	0,24	7,15	0,36	31,77	100,66	15,41	0,43
Кефир ряженко-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24
	19,21	5,86		38,03	242,03								

инических нормативов-Сборник рецептов по прокускино для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Мотильного и В.А.Тутельяна,-М.,:де/и пнос, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет.
	Б	Ж	У	ккал
Потребность по Сан Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню				

вторник

Четвертая

Дети с ОВЗ

Прейм пици, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическ ая ценность	Витаминны (мг.)					Минеральные вещества (мг.)			
		Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Обед														
Суп молочный с макаронами избыли	250	2,57	5,15	7,90	124,75	0,06	15,78		2,35	51,25	49,00	22,13	0,83	
Кормовальное пюре с молоком и сливочным маслом	200	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,11	
Комплн по-полдню	75	13,36	14,08	0,85	164,00	0,01	1,20			23,60	117,03	20,27	2,00	
Чай с сахаром	200	0,4	0,1	0,08	6,4	0	0,1	0	0,2	14	14	8	2,8	
Кисе ржаной	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	
		24,08	24,73	55,04	555,56									

Дети: среда
Неделя: четверг
Сезон:

Возрастная категория:		Дети с ОБЗ												
№ п/п	Приним. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность ккал	Витаминные (мг.)					Минеральные вещества (мг.)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак														
182	Каша жидкая молочная из пресеченной крупы рисовой	200	5,10	10,72	33,42	251,00	0,06	1,17	58,00	0,21	130,09	138,14	30,12	0,47
	Слив	20	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44
352	Хлеб пшеничный	200	3,17	2,68	15,95	100,60	0,04	1,30	20,00		125,78	90,00	14,00	0,13
	Напиток кофейный из молока													
Итого:			11,43	13,80	68,69	445,12								
Итого за день:			11,43	13,80	68,69	445,12								

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Юд ред. М.П.Могильного и В.А.Тугельяна,-М.:Де/1 и плюс, 2015,-544с

Средние показатели на день		пищевые вещества			энергет. ценность, ккал
		Б	Ж	У	
Потребность по Сан Пин (60-70%)		46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню		11,43	13,80	68,69	445,12

Дети: среда
Неделя: четверг

Возрастная категория: Дети с ОБЗ														
№ п/п	Приним. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность ккал	Витаминные (мг.)					Минеральные вещества (мг.)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Обед														
127	Суп рисовый с мясом	250	2,60	5,12	10,93	138,75	0,05	10,68		2,40	51,73	54,60	26,13	1,23
304	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,07	0,02	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,60	27,75	1,01
228	Рыба жареная (треска)	75	17,12	8,22	0,92	146,00	0,08	0,84	49,00	0,48	15,46	195,68	45,84	0,90
349	Компот из фруктов	200	0,78	0,05	27,63	114,80	0,02	0,60		0,82	32,32	21,90	17,56	0,48
	Хлеб ржаной	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24
Итого:			25,81	14,29	79,68	629,76								

День: четверг

Неделя: четверг

Сезон:

Возрастная категория: Дети с ОВЗ

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Завтрак														
223	Зеленый из творога	120	24,84	18,00	32,40	279,60	0,04	0,15	45,00	0,60	97,50	141,00	16,50	0,67
	суп, мол	10												
376	Чед с сахаром	200	0,53		9,47	40,00	0,00	2,13			15,33	23,20	12,27	2,13
ИТОГО:			25,37	18,00	41,87	319,60								
Итого за день:			25,37	18,00	41,87	319,60								

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукцино для обучающихся во всех образовательных учреждений/год рец. М.П.Могильного и В.А.Тугельяна,-М.:Де/и шнос, 2015,-54с

Средние показания на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
Потребность по Сан Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню	25,37	18,00	41,87	319,60

День: четверг

Неделя: четверг

Сезон:

Возрастная категория: Дети с ОВЗ

Возрастная категория		Дети с ОВЗ													
№ п/п	Приним пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Обед															
99	макаронными изделиями и сыром	250	2,28	5,12	6,09	111,25	0,04	9,88		2,30	37,88	33,58	14,18	0,58	
314	Макарон с сыром и сливочным маслом	250	3,07	0,02	20,44	137,25	0,14	18,16		0,18	36,98	86,60	27,75	1,01	
	Хлеб ржаной	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	
389	Каша с молоком	200	1	0	20,2	84,8	0,022	6	0	0,2	14	14	8	2,8	
ИТОГО:			8,59	6,02	66,49	425,25									

День: пятница
Неделя: четвертая
Сезон:

Возрастная категория:

Дети с ОВЗ

КАТЕГОРИИ:		Дети с ОВЗ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
------------	--	------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Сборник технических нормативов-Сборник рецептов по продукции для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,-М.:Де/и шнос, 2015,-544с

Средние показатели на день	пищевые вещества			энергет. ценн. ккал
	Б	Ж	У	
Потребность по Сан Пин (60-70%)	46,2-53,9	47,4-55,3	201-234,5	1410-1645
По меню				

День: пятница
Неделя: четвертая

Возрастная категория:

Дети с ОВЗ

Категория:	Дети с ОВЗ	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическ ая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
№ п.п.																	
Обед																	
89	Циц из свежей капусты, картофель, с тушеной свининой и сметаной	250	2,60	5,12	10,93	138,75	0,05	10,68			2,40	51,73	54,60	26,13	1,23		
296	Жареное по-домашнему с мясом свиным	250	23,46	25,82	0,50	328,00	0,04	23,50	96,20	0,42	56,00	167,10	20,28	1,82			
375	Чай с лимоном	210	0,40	0,10	0,08	6,40	0,00	0,20	-	-	19,62	16,48	8,80	1,64			
	Хлеб ржачный	50	2,24	0,88	19,76	91,96	0,04			0,36	9,20	42,40	10,00	1,24			
Итого:			28,70	31,92	31,27	565,11											