

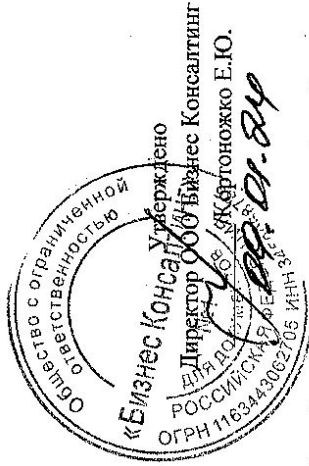


*М.П. Мухоморова*  
09.09.24

Перспективное

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) учащихся льготной категории ОВЗ с 1-4 класс (7-11 лет), для муниципальных общеобразовательных

школ



Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544с.  
Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А. САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПИН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2  
Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПИН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль, изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано  
 директор  
 И. В. Давыдов  
 09.01.24



Утверждено  
 директор ООО Бизнес Консалтинг  
 №1 Короткожо Е.Ю.  
 09.01.24

меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью - возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		
1	2							
<b>Неделя 1 / день 1 Понедельник</b>								
<b>Обед</b>								
54-1с/2022н	щи из свежей капусты со сметаной	200	2,8	5,02	7,18	85,1	10	
3/2017м	бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	14	
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4	
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	180	0,45	0	17,82	72,9	7	
	<b>Итого за обед</b>	<b>480</b>	<b>12,18</b>	<b>13,84</b>	<b>64,14</b>	<b>430,23</b>	<b>35</b>	

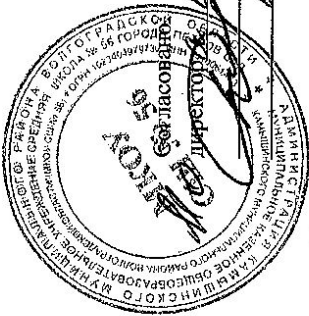


Согласовано  
 директор УО «Бизнес Консалтинг»  
 Кортоножко Е.Ю.  
 01.02.24



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Неделя 1/ день 2 Вторник</b>								
<b>Обед</b>								
101/2004л	консервы закусовые (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67	11	
54-7с/2022н	суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	5,78	18,5	146,66	10	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	3	
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4	
342/2017м	компот из свежих фруктов	180	0,144	0,126	25,09	102,07	7	
<b>Итого за обед</b>		<b>510</b>	<b>11,544</b>	<b>9,466</b>	<b>86,56</b>	<b>451,79</b>	<b>35</b>	



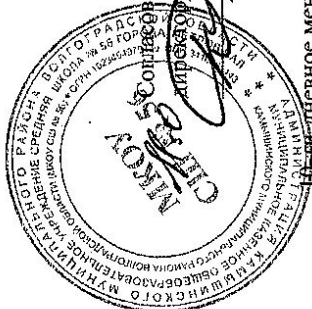
*С.В. Сидорова*  
 Директор  
 09.08.2017



*Е.Ю. Кортоножко*  
 Директор  
 09.08.2017

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блока 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет		
1	2							
<b>Неделя 1/ день 3 Среда</b>								
<b>Обед</b>								
101/2017м	суп картофельный с крупой (пшено)	200	4,56	4,88	10,16	102,8	10	
3/2017м	бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	14	
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4	
699/2004л	напиток лимонный	180	0,178	0,018	21,78	83,7	7	
	<b>Итого за обед</b>	<b>480</b>	<b>13,668</b>	<b>13,718</b>	<b>71,08</b>	<b>458,73</b>	<b>35</b>	



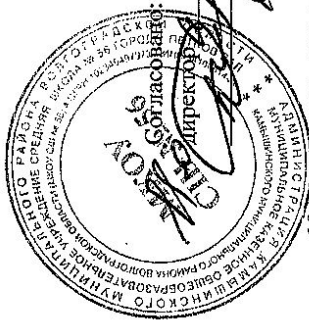
Составлено:

*С.А.С. Сидорова*  
*С.А.С. Сидорова*  
 09.01.2021

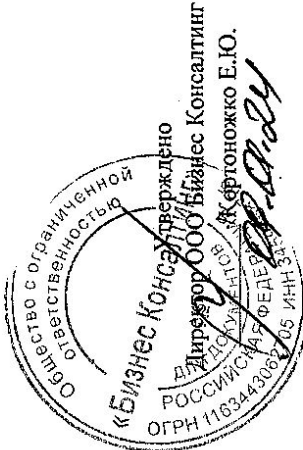


Ежедневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блока 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал	7-11 лет	
1	2							
<b>Неделя 1/ день 4 Четверг</b>								
<b>Обед</b>								
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	11	
54-17с/2022н	суп овощной со сметаной	200	1,62	5,52	14,94	90,50	10	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	3	
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4	
54-1хн/2022н	компот из сухофруктов	180	0,45	0	17,82	72,9	7	
	<b>Итого за обед</b>	<b>510</b>	<b>7,56</b>	<b>9,86</b>	<b>71,97</b>	<b>355,14</b>	<b>35</b>	



*С.В. Сидорова*  
 07.01.24



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

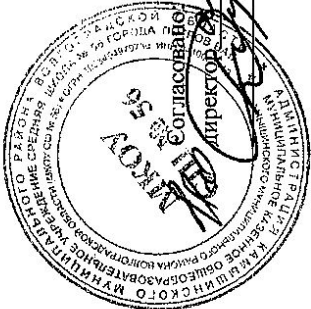
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блока 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		
1	2						

**Неделя 1/ день 5 Пятница**

**Обед**

209/2017м	яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63	11
54-3с/2022н	рассольник ленинградский (перловка)	200	1,92	4,99	6,57	78,87	10
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	3
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4
54-13хн/2022н	напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,24	18,68	79,38	7
	Итого за обед	490	12,21	10,57	59,78	357,31	35





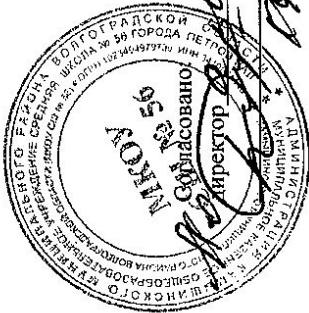
Согласовано  
 директор Центра  
 образовательной  
 поддержки  
 Е.Ю. Кортонжко



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
<b>Неделя 2/ день 7 Вторник</b>							
<b>Обед</b>							
54-28с/2022м	борщ с свежей капустой и картофелем	200	1,44	6,93	3,75	83,13	10
3/2017м	бутерброд с сыром	60	6,69	8,38	19,38	180,27	14
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4
699/2004л	напиток лимонный	180	0,178	0,018	21,78	83,7	7
<b>Итого за обед</b>		<b>480</b>	<b>10,548</b>	<b>15,768</b>	<b>64,67</b>	<b>439,06</b>	<b>35</b>





*Сотласовано*  
*Директор С.В. Давыдов*



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал	7-11 лет	
1	2							

**Неделя 2/ день 8 Среда**

**Обед**

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	11
54-3с/2022н	рассольник ленинградский (перловка)	200	1,92	4,99	6,57	78,87	10
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	3
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4
54-13хн/2022н	напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,24	18,68	79,38	7
	<b>Итого за обед</b>	<b>510</b>	<b>8,01</b>	<b>9,57</b>	<b>64,46</b>	<b>349,99</b>	<b>35</b>





Директор  
 А. В. Ковалевский  
 А. В. Ковалевский

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся с особенностями питания по здоровью возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блока 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		
1	2						

**Неделя 2/ день 10 Пятница**

<b>Обед</b>							
54-20с/2022н	суп картофельный с рыбой	200	6,38	3,8	15,6	190,84	15
п.т	печенье топленое молоко	30	5,2	6	12,3	124	6
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	44,1	3
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4
342/2017м	компот из свежих фруктов	180	0,144	0,126	25,09	102,07	7
	<b>Итого за обед</b>	<b>480</b>	<b>16,334</b>	<b>10,666</b>	<b>87,24</b>	<b>552,97</b>	<b>35</b>
	<b>Всего за 10 дней</b>	<b>4 930,00</b>	<b>116,67</b>	<b>115,22</b>	<b>716,99</b>	<b>4 252,25</b>	
	<b>Среднее показание за день</b>	<b>493</b>	<b>11,67</b>	<b>11,52</b>	<b>71,70</b>	<b>425,23</b>	