

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

А.П. Майорова

Приказ № 94 от 30.08.2024 г.



**Меню горячего питания
для детей с ОВЗ и детей-инвалидов
МБОУ Талашкинской СШ**

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)				
			День 3							Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A(РЭ) мкг	E(ТЭ)			
			Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	P										Mg	Fe	B1
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	Горячий завтрак																			
№ 54	1) Плов с курицей	150	41.8	17.73	41.76	347	32.99	200.22	82.43	1.63	0.07	4.66	0.002	-						
№ 433	2) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-						
№ 88	3) Бутерброд с маслом	30/10	2,36	9,15	15,02	153	7,3	27,40	9,94	0,62	0,04	0	0,05	-						
ГОСТ	4) Фрукты	200	3	1	42	192	16	56	84	56	0,08	20	40	-						
	Итого		47,36	27,89	113,4	749	61,53	291,86	180,77	59,11	0,19	24,76	40,05	-						
	Горячий обед																			
№ 125	1) Суп картофельный с рыбой	250	7,42	4,76	20	156	28,59	141,55	40,3	1,37	0,17	24,3	0,03	-						
№ 54	2) Плов с курицей	150	41,8	17,73	41,76	347	32,99	200,22	82,43	1,63	0,07	4,66	0,002	-						
№ 433	4) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-						
ГОСТ	5) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9						
ГОСТ	6) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-						
	Итого		50,2	25,99	58,27	719,5	96,78	465,32	187,95	32,36	0,32	40	34,83	1,9						
	ВСЕГО		97,56	53,88	171,7	1468,50	158,3	757,18	368,72	91,47	0,51	65,27	69,66	1,9						

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	День 4													Витамины (мг)				
	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетиче- ская ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					C	A(РЭ) МКГ	E(ТЭ)		
			Б	Ж	У	ЭЦ	Ca		P	Mg	Fe	В1						
1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15			
	Горячий завтрак																	
№ 45	1) Каша «Дружба» молочная,	200	5,86	12,04	33,16	264	123,24	152,66	36,32	0,78	0,12	1,22	0,06					
№ 422	2) Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	22,31	105	60,40	45,00	7,0	0,09	0,02	0,65	0,01	0,01				
№ 29	3) Йогурт вареное	40-100	1,0	0,9	1,0	157	4,4	15,4	1,0	0,20	0,01	0,00	20,8	0,05				
№ 90	4) Бутерброд с сыром	30/15	5,76	5,25	14,94	133	156,6	106,50	17,40	0,76	0,05	0,24	0,03					
ГОСТ	5) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20					
	Итого		15,22	20,29	92,61	755	354,64	347,56	601,72	29,83	0,24	12,11	40,90	0,06				
	Горячий обед																	
№ 126	1) Суп картофельный с фасолью	250	5,53	4,75	19,40	145	46,14	139,07	37,92	1,80	0,19	12,37	0,02					
№ 45	2) Каша «Дружба» молочная	200	5,86	12,04	33,16	264	125,24	152,66	36,32	0,78	0,12	1,22	0,06					
№ 422	3) Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	22,31	105	60,40	45,00	7,0	0,09	0,02	0,65	0,01	0,01				
Гост	4) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9				
Гост	5) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20					
Гост	6) Кондитерское изделие	15	0,96	1,02	6,7	54,59	37,3	40	0	0	0	0	0	0				
	Итого		20,95	22,91	106,0	728,09	299,0	491,88	142,06	31,17	0,41	25,18	34,89	1,91				
	ВСЕГО		36,17	43,2	198,5	1483,09	153,6	7779,44	203,78	61	0,65	37,29	75,79	1,97				

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)		
			Б		Ж	У	ЭЦ	Ca		P	Mg	Fe	BI	C	A(РЭ) МКГ	E(ТЭ)		
			4	5	6	7	8	9		10	11	12	13	14	15			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
	Горячий завтрак																	
№ 49	1) Рагу из курицы	170	46,3	19,58	30,8	316,2	52,27	211,01	95,91	2,03	0,12	27,91	-	-				
№ 433	2) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-				
ГОСТ	3) Хлеб пшеничный	30	0,45	0,45	24,9	113,22	50	50,05	0,1	0,02	0,08	-	-	-				
ГОСТ	4) Фрукты	200	3	1	42	192	16	56	84	56	0,08	20	40	-				
	Итого		49,95	21,04	112,7	678,42	123,51	325,46	184,41	58,91	0,28	48,01	40	-				
	Горячий обед																	
№ 6	1) Борщ с картофелем	250	2,02	5,02	13,44	117	41,98	65,8	29,83	1,38	0,08	9,18	217,35	2,4				
№ 51	2) Рагу из курицы	170	46,3	19,58	30,8	316,2	52,27	211,01	95,91	2,03	0,12	27,91	-	-				
№ 433	3) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-				
ГОСТ	4) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9				
ГОСТ	5) Фрукты	200	3	1	42	192	16	56	84	56	0,08	20	40	-				
	Итого		57,22	28,61	104,7	745,70	137,4	428,20	232,96	60,77	0,32	58,13	271,15	4,3				
	ВСЕГО		107,1	49,65	217,4	1424,12	260,96	753,66	417,37	119,68	0,60	106,14	312,15	4,3				

День 6

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергет и- ческая ценност ь (ккал)	Минеральные вещества (мг)					
			Ж		У		Ca	P		Mg	Fe	B1	C	A(РЭ) МКГ	E(ТЭ)
			Б	4	5	6									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	Горячий завтрак														
№ 44	1) Запеканка рисовая с творогом, стуженым молоком	170	13,14	11,59	76,18	467,50	216,72	267,99	51,97	1,07	0,08	0,65	0,07	-	
№ 433	2) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	-	-	
ГОСТ	3) Бутерброд с маслом	30/10	2,36	9,15	15,02	153	7,3	27,40	9,94	0,62	0,04	0	0,05	-	
ГОСТ	4) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-	
	Итого		18,30	21,24	155,93	812,55	272,2 2	359,89	130,16	30,52	0,18	11,65	20,12	-	
	Горячий обед														
№ 120	1) Суп картофельный с крупой пшено	250	2,37	4,60	17,22	122	18,57	57,40	26,67	0,97	0,12	16,50	0,02	-	
№ 44	2) Запеканка рисовая с творогом, стуженым молоком	170	13,14	11,59	76,18	467,50	216,72	267,99	51,97	1,07	0,08	0,65	0,07	-	
№ 433	3) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-	
ГОСТ	4) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9	
ГОСТ	5) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-	
	Итого		23,18	19,695	62,32	806	270,49	448,78	143,86	31,40	0,28	28,19	34,89	1,9	
	ВСЕГО		42,58	40,93	206,97	1657,5	577,67	816,97	295,87	61,89	0,48	40,74	55,01	1,9	

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)		
								ЭЦ	Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A(РЭ) МКГ	E(ТЭ)
			Б	Ж	У	ЭЦ										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Горячий завтрак															
№ 27	1) Макароны с сыром	180	7,23	11,29	36,21	288,41	169,29	144,28	31,60	0,99	0,14	0,24	0,008	-		
№ 431	2) Чай с молоком	200	1,54	1,63	9,36	56	63,60	50,76	10,08	0,62	0,02	0,72	0,01	-		
№ 88	3) Бутерброд с маслом	30/10	2,36	9,15	15,02	153	7,3	27,40	9,94	0,62	0,04	0	0,05	-		
ГОСТ	4) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-		
	Итого		12,63	22,57	81,59	593,41	248,1 9	250,44	93,62	30,23	0,24	10,96	20,02	-		
	Горячий обед															
№ 52	1) Суп картофельный с мясом кур	250	8,4	6,44	21	189,28	24,98	130,7	47,2	4,87	0,2	28	0,04	-		
№ 27	2) Макароны с сыром	180	7,23	11,29	36,21	288,41	169,29	144,28	31,60	0,99	0,14	0,24	0,008	-		
№ 431	3) Чай с молоком	200	1,54	1,63	9,36	56	63,60	50,76	10,08	0,62	0,02	0,72	0,01	-		
ГОСТ	4) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9		
ГОСТ	5) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-		
	Итого		23,37	22,86	91,07	693,19	287,8 3	440,89	149,7	34,98	0,44	39,90	34,86	1,9		
	ВСЕГО		36	45,43	172,6 6	1286,6	536,0 2	691,33	243,32	65,21	0,68	50,86	54,88	1,9		

День 9

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)			
			Б		Ж			У	ЭЦ	Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A(РЭ) МКГ	E(ТЭ)
			4	5	6	7		8									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Горячий завтрак																
№ 48	1) Жаркое по-домашнему из филе курицы	175	41,34	17,78	33,53	313	26,74	204,95	85,84	2,09	0,16	24,39	0,02	-			
№ 433	2) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-			
№ 88	3) Бутерброд с маслом	30/10	2,36	9,15	15,02	153	7,3	27,40	9,94	0,62	0,04	0	0,05	-			
ГОСТ	4) Овощи по сезону	60-100	0,48	50,06	1,56	8,4	30,4	6,12	0,35	0,01	0,02	-	-	-			
	Итого		44,38	27	65,12	531,4	69,68	246,71	100,53	3,58	0,22	29,49	0,07	-			
	Горячий обед																
№ 103	1) Рассольник Ленинградский с перловой крупой	250	2,52	5,50	17,62	133	25,95	78,50	26,97	1,02	0,11	17,26	0,03	-			
№ 48	2) Жаркое по-домашнему из филе курицы	175	41,34	17,78	33,53	313	26,74	204,95	85,84	2,09	0,16	24,39	0,02	-			
№ 433	3) Чай с сахаром	200	0,20	0,005	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-			
Гост	4) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9			
Гост	5) Овощи по сезону	60-100	0,48	0,06	1,56	8,4	30,40	6,12	0,35	0,01	0,02	5	-	-			
Гост	6) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-			
	Итого		51,74	26,85	92,22	670,9	118,2 9	412,96	178,38	32,48	0,36	57,69	34,85	1,9			
	ВСЕГО		96,12	53,85	157,3 4	1202,30	187,9 7	659,69	278,91	36,06	0,58	87,18	34,92	1,9			

№ рецептуры сборника технологическ их нормативов, год издания	Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)		
			Б		Ж		У			Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A(РЭ) МКГ	E(ТЭ)	
			4	5	6	7	8	9										10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
	Горячий завтрак																	
№ 33	1) Каша вязкая геркулесовая с маслом	200	7.4	13.9 4	31.96	284	141.2 4	227.78	68.76	1.66	0.22	1.22	0.06	-				
№ 433	2) Чай с сахаром	200	0,20	0,00 5	15,01	57	5,25	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-				
ГОСТ	3) Хлеб пшеничный	30	0.45	0.45	24.9	113.22	50	50.05	0.1	0.02	0.08	-	-	-				
ГОСТ	4) Фрукты	200	3	1	42	192	16	56	84	56	0,08	20	40	-				
	Итого		11.05	15.4	113.87	646.22	212.4 9	342.07	157.26	58.54	0.38	21.32	40.06	-				
	Горячий обед																	
№ 53	1) Ци из свежей капусты и мясом	250	2.37	5.42	10.31	114	40.41	54.9	20.11	0.13	0.09	30.1	0.01	-				
№ 181	2) Каша вязкая геркулесовая с маслом	200	7.4	13.9 4	31.96	284	141.2 4	227.78	68.76	1.66	0.22	1.22	0.06	-				
№ 433	3) Чай с сахаром	200	0,20	0,00 5	15,01	57	5,24	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,00	-				
Гост	4) Хлеб	30	5,7	3	3,5	63,5	21,96	87,15	18,82	0,5	0,04	0,94	14,8	1,9				
Гост	5) Фрукты	100- 120	1,5	0,5	21	96	8	28	42	28	0,04	10	20	-				
	Итого		17.17	22.8 7	81.78	614.50	216.8 5	406.07	154.09	31.15	0.39	42.26	34.87	-				
	ВСЕГО		28.22	38.2 7	195.65	1260.72	429.3 4	748.14	311.35	89.69	0.77	63.58	74.93	1.9				