

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ №7



Гришова М.Н./

(расшифровка)

2023 г.

«Утверждаю»
Организатор питания



Петрова О.К./

(расшифровка)

« 01 » сентября 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Столовой МБОУ СОШ №7 Питание детей с ОВЗ

Меню разработано с учетом требований САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИХ НОРМ к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях по СанПиН 2.3 / 2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

согласно Сборника рецептов блюд на продукцию для обучающихся в учреждениях Тутьельян В.А. 2011 г.

2 Завтрак (1 смена) или полдник (2 смена) учащихся с ОВЗ

1 неделя

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Калорий- ность	Витамины и минеральные вещества (мг)								
			белки	жиры		углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
М Е Н Ю № 1 Понедельник														
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11	0,020	1,330	0,000	0,000	133,330	111,110	25,560	2,000
421	Булочка сдобная	65	4,65	2,83	28,30	157,20	0,07	0,00	13,00	0,00	11,00	37,00	14,50	0,69
	Итого:		8,43	3,50	54,30	282,31	0,09	1,33	13,00	0,00	144,33	148,11	40,06	2,69
М Е Н Ю № 2 Вторник														
376	Чай сладкий	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	2,130
410	Ватрушка с творогом	85	9,22	5,48	29,18	202,00	0,080	0,040	34,000	0,000	50,800	90,200	21,600	0,900
	Итого:		9,75	5,48	38,65	242,00	0,08	0,31	34,00	0,00	64,40	112,33	33,33	3,03
М Е Н Ю № 3 Среда														
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,20	0,03	1,47	0,00	0,00	158,67	132,00	29,33	2,40
406	Пирог	75	4,71	1,92	27,53	146,00	0,08	0,62	6,25	0,00	18,03	46,52	18,28	0,88
	Итого:		8,31	4,59	56,73	301,20	0,11	2,09	6,25	0,00	176,70	178,52	47,61	3,28
М Е Н Ю № 4 Четверг														
376	Чай сладкий	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13
420	Котлета, запеченная в тесте	80	9,00	7,80	24,88	205,50	0,08	0,02	4,61	0,00	21,50	84,50	29,80	1,40
	Итого:		9,53	7,80	34,35	245,50	0,08	0,29	4,61	0,00	35,10	106,63	41,53	3,53
М Е Н Ю № 5 Пятница														
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11	0,020	1,330	0,000	0,000	133,330	111,110	25,560	2,000
421	Булочка домашняя	65	4,65	2,83	28,30	157,20	0,07	0,00	13,00	0,00	11,00	37,00	14,50	0,69
	Итого:		8,43	3,50	54,30	282,31	0,09	1,33	13,00	0,00	144,33	148,11	40,06	2,69

2 Завтрак (1 смена) или полдник (2 смена) учащихся с ОВЗ

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Калорийность	Витамины и минеральные вещества (мг)								
			белки	жиры		углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
М Е Н Ю № 6 Понедельник														
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11	0,020	1,330	0,000	0,000	133,330	111,110	25,560	2,000
421	Булочка сдобная	65	4,65	2,83	28,30	157,20	0,07	0,00	13,00	0,00	11,00	37,00	14,50	0,69
	Итого:		8,43	3,50	54,30	282,31	0,09	1,33	13,00	0,00	144,33	148,11	40,06	2,69
М Е Н Ю № 7 Вторник														
376	Чай сладкий	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13
410	Ватрушка с творогом	85	9,22	5,48	29,18	202,00	0,080	0,040	34,000	0,000	50,800	90,200	21,600	0,900
	Итого:		9,75	5,48	38,65	242,00	0,08	0,31	34,00	0,00	64,40	112,33	33,33	3,03
М Е Н Ю № 8 Среда														
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,20	0,030	1,470	0,000	0,000	158,670	132,000	29,330	2,400
406	Пирог	75	4,71	1,92	27,53	146,00	0,080	0,620	6,250	0,000	18,030	46,520	18,280	0,880
	Итого:		8,31	4,59	56,73	301,20	0,11	2,09	6,25	0,00	176,70	178,52	47,61	3,28
М Е Н Ю № 9 Четверг														
376	Чай сладкий	200	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	2,13
420	Котлета, запеченная в тесте	80	9,00	7,80	24,88	205,50	0,08	0,02	4,61	0,00	21,50	84,50	29,80	1,40
	Итого:		9,53	7,80	34,35	245,50	0,08	0,29	4,61	0,00	35,10	106,63	41,53	3,53
М Е Н Ю № 10 Пятница														
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11	0,020	1,330	0,000	0,000	133,330	111,110	25,560	2,000
421	Булочка домашняя	65	4,65	2,83	28,30	157,20	0,070	0,000	13,000	0,000	11,000	37,000	14,500	0,690
	Итого:		8,43	3,50	54,30	282,31	0,09	1,33	13,00	0,00	144,33	148,11	40,06	2,69