

Согласовано:
Директор
МОАУ СОШ №



Утверждаю:
Директор

ООО "КШП "Валентина"
Пискунова В.М.



Примерное 10-ти дневное меню питания учащихся и детей с ограниченными возможностями здоровья, с 7 до 11 лет, для общеобразовательных школ на осенне-зимний и весенне-летний период 2022-2023 учебного года

Согласовано:

Директор

МОАУ СОШ № _____

" ____ " _____ 2024

Утверждаю:

Директор

ООО "КШП "Валентина"

Пискунова В.М. _____

____ 6 ____ мая 2024

Примерное 10-ти дневное меню питания учащихся и детей с ограниченными возможностями здоровья, с 7 до 11 лет, для общеобразовательных школ на осенне-зимний и весенне-летний период 2022-2023 учебного года

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 понедельник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--------------------|-----------|--------|--------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Сыр (порциями) | 16 | 3.7 | 4.73 | | 57.6 | 15 СБР 2011 |
| | Каша "Дружба" | 220 | 5.786 | 12.83 | 0.022 | 204.93 | 260 СБР 2013 |
| | Чай с молоком | 200 | 1.5 | 1.3 | 15.9 | 81 | 495 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 14.552 | 20.051 | 54.992 | 524.98 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|--------|--------|--------|--------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Сыр (порциями) | 16 | 3.7 | 4.73 | | 57.6 | 15 СБР 2011 |
| | Каша "Дружба" | 220 | 5.786 | 12.83 | 0.022 | 204.93 | 260 СБР 2013 |
| | Чай с молоком | 200 | 1.5 | 1.3 | 15.9 | 81 | 495 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 14.552 | 20.051 | 54.992 | 524.98 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|------|-----|------|-----|---------------|
| | Сдоба выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 230 | 3.19 | 1.4 | 47.5 | 201 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--------------------------------------|-----|------|-------|--------|-------|--------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1.46 | 4 | 8.52 | 76 | 128 СБР 2013 |
| | Котлеты рубленные из птицы с овощами | 90 | 9.48 | 9.47 | 11 | 154 | Т.Т.К. № 7 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 170 | 9.69 | 8.87 | 42 | 286.7 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из свежего яблока | 190 | 0.57 | | 44.27 | 173 | 631 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 44 | 3.34 | 0.35 | 21.65 | 103.4 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 52.2 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 784 | 27.3 | 29.53 | 141.54 | 923.3 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|----|------|------|------|----|-------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
|--|-----------------------------|----|------|------|------|----|-------------|

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1.46 | 4 | 8.52 | 76 | 128 СБР 2013 |
| | Котлеты рубленые из птицы с овощами | 90 | 9.48 | 9.47 | 11 | 154 | Т.Т.К. № 7 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 170 | 9.69 | 8.87 | 42 | 286.7 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из свежего яблока | 190 | 0.57 | | 44.27 | 173 | 631 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 44 | 3.34 | 0.35 | 21.65 | 103.4 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 52.2 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 784 | 27.3 | 29.53 | 141.54 | 923.3 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------|------------|------------|-----------|------------|---------------|
| | Сдоба Выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 250 | 3.2 | 1.4 | 49 | 207 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | "Гребешок" из дрожжевого теста | 100 | 10 | 82.3 | 82.3 | 428 | 573 СБР 2013 |
| | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1 | 0.2 | 0.2 | 92 | 518 СБР 2013 |
| | Апельсин | 50 | 0.45 | 0.1 | 4.05 | 21.5 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 350 | 11.45 | 82.6 | 86.55 | 541.5 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Гуляш из птицы | 100 | 9.6 | 9.52 | 3.44 | 140 | Т.Т.К. № 9 |
| | Макаронные изделия отварные | 190 | 7.16 | 0.85 | 36.7 | 183.7 | 291 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 38 | 2.89 | 0.3 | 18.7 | 89.3 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 528 | 19.75 | 10.67 | 73.84 | 473 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| | Гуляш из птицы | 100 | 9.6 | 9.52 | 3.44 | 140 | Т.Т.К. № 9 |
| | Макаронные изделия отварные | 190 | 7.16 | 0.85 | 36.7 | 183.7 | 291 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 38 | 2.89 | 0.3 | 18.7 | 89.3 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 528 | 19.75 | 10.67 | 73.84 | 473 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|--------------|
| | Ватрушки с повидлом | 50 | 2.9 | 1.1 | 29 | 138 | 741 СБР 2004 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 230 | 2.99 | 1.1 | 42.5 | 192 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Салат картофельный с зеленым горошком | 60 | 1.86 | 6.84 | 5.88 | 92 | 65 СБР 2013 |
| | Рассольник Ленинградский | 200 | 1.64 | 4.2 | 13 | 97 | 134 СБР 2013 |
| | Тефтели (2 вариант) | 90 | 8.38 | 11.3 | 7.78 | 172.3 | 462в2СБР2004 |
| | Каша ячневая вязкая | 160 | 5.12 | 6.56 | 34.08 | 219.02 | 303 СБР 2011 |
| | Компот из апельсинов с яблоками | 180 | 0.45 | 0.18 | 19.98 | 83.7 | 510 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 35 | 2.66 | 0.28 | 17.22 | 82.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 52.2 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 755 | 22.09 | 29.72 | 107.96 | 798.47 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|-----|------|------|------|-------|--------------|
| | Салат картофельный с зеленым горошком | 60 | 1.86 | 6.84 | 5.88 | 92 | 65 СБР 2013 |
| | Рассольник Ленинградский | 200 | 1.64 | 4.2 | 13 | 97 | 134 СБР 2013 |
| | Тефтели (2 вариант) | 90 | 8.38 | 11.3 | 7.78 | 172.3 | 462в2СБР2004 |

| | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Каша ячневая вязкая | 160 | 5.12 | 6.56 | 34.08 | 219.02 | 303 СБР 2011 |
| | Компот из апельсинов с яблоками | 180 | 0.45 | 0.18 | 19.98 | 83.7 | 510 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 35 | 2.66 | 0.28 | 17.22 | 82.25 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 52.2 | 109 СБР 2013 |
| Итого: | | 755 | 22.09 | 29.72 | 107.96 | 798.47 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|---------------|---------------------|-----|------|-----|------|-----|--------------|
| | Ватрушки с повидлом | 50 | 2.9 | 1.1 | 29 | 138 | 741 СБР 2004 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| Итого: | | 230 | 2.99 | 1.1 | 42.5 | 192 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Булочка домашняя | 100 | 7.5 | 13 | 60 | 388 | 564 СБР 2013 |
| | Ряженка | 200 | 6 | 12 | 8.2 | 169 | 698 СБР 2004 |
| | Яблоко | 80 | 0.32 | 0.32 | 7.84 | 37.6 | 112 СБР 2013 |
| Итого: | | 380 | 13.82 | 25.32 | 76.04 | 594.6 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 среда

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 30 | 0.9 | 3.15 | 15.3 | 93 | 96 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 90 | 6.48 | 3.46 | 8.97 | 93.44 | Т.Т.К. № 23 |
| | Картофельное пюре | 170 | 3.57 | 7.65 | 24.82 | 185.3 | 429 СБР 2013 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 33 | 2.51 | 0.26 | 16.24 | 77.55 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 523 | 13.56 | 14.52 | 80.53 | 510.29 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 30 | 0.9 | 3.15 | 15.3 | 93 | 96 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 90 | 6.48 | 3.46 | 8.97 | 93.44 | Т.Т.К. № 23 |
| | Картофельное пюре | 170 | 3.57 | 7.65 | 24.82 | 185.3 | 429 СБР 2013 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 33 | 2.51 | 0.26 | 16.24 | 77.55 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 523 | 13.56 | 14.52 | 80.53 | 510.29 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка дорожная | 60 | 4.2 | 8.28 | 33.48 | 225.6 | 565 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.181 | | 13.5 | 52.2 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 240 | 4.381 | 8.28 | 46.98 | 277.8 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.46 | 66.6 | 69 СБР 2013 |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2.58 | 2.77 | 18.55 | 109 | 158 СБР 2013 |
| | Курочка с рисом по-домашнему | 215 | 14.5 | 13.8 | 29.3 | 271 | Т.Т.К. № 16 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1.4 | | 29 | 122 | 503 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3.8 | 0.4 | 24.6 | 117.5 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 52.2 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 805 | 25.94 | 21.59 | 116.93 | 738.3 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|-----|------|------|-------|------|--------------|
| | Салат овощной с зеленым горошком | 60 | 1.68 | 4.26 | 5.46 | 66.6 | 69 СБР 2013 |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2.58 | 2.77 | 18.55 | 109 | 158 СБР 2013 |

| | | | | | | | |
|--|--|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Курочка с рисом по-домашнему | 215 | 14.5 | 13.8 | 29.3 | 271 | Т.Т.К. № 16 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1.4 | | 29 | 122 | 503 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3.8 | 0.4 | 24.6 | 117.5 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 52.2 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 805 | 25.94 | 21.59 | 116.93 | 738.3 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка дорожная | 60 | 4.2 | 8.28 | 33.48 | 225.6 | 565 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 18 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 260 | 4.3 | 8.28 | 51.48 | 285.6 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--------------------|------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|
| | Булочка "Веснушка" | 100 | 7.83 | 6.166 | 57 | 316.66 | 559 СБР 2013 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5.8 | 5 | 9.6 | 106 | 515 СБР 2013 |
| | Апельсин | 50 | 0.45 | 0.1 | 4.05 | 21.5 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 350 | 14.08 | 11.266 | 70.65 | 444.16 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 четверг

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-----------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Сыр (порциями) | 10 | 2.32 | 2.95 | | 35.8 | 15 СБР 2011 |
| | Мясные колбаски с овощами в соусе | 100 | 7.02 | 3.75 | 9.7 | 101.2 | Т.Т.К. № 14 |
| | Рис припущенный | 170 | 4 | 6.8 | 36.72 | 224.8 | 415 СБР 2013 |
| | Чай с джемом | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 29 | 2.2 | 0.23 | 14.27 | 68.15 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 509 | 15.64 | 13.73 | 75.69 | 489.95 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Сыр (порциями) | 10 | 2.32 | 2.95 | | 35.8 | 15 СБР 2011 |
| | Мясные колбаски с овощами в соусе | 100 | 7.02 | 3.75 | 9.7 | 101.2 | Т.Т.К. № 14 |
| | Рис припущенный | 170 | 4 | 6.8 | 36.72 | 224.8 | 415 СБР 2013 |
| | Чай с джемом | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 29 | 2.2 | 0.23 | 14.27 | 68.15 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 509 | 15.64 | 13.73 | 75.69 | 489.95 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|------|-----|------|-----|---------------|
| | Сдоба Выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 230 | 3.19 | 1.4 | 47.5 | 201 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|---|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Салат из свеклы отварной | 60 | 0.9 | 3.3 | 5.04 | 53.4 | 50 СБР 2013 |
| | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) | 250 | 2.3 | 4.25 | 15.1 | 107 | 144 СБР 2013 |
| | Тефтели из птицы | 95 | 12.56 | 3.25 | 10.05 | 144.43 | Т.Т.К. № 10 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 11.6 | 10.4 | 56.8 | 372 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из плодов или ягод сушеных | 200 | 0.3 | | 20.1 | 81 | 512 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 39 | 2.96 | 0.31 | 19.19 | 91.65 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 869 | 32.27 | 21.81 | 134.63 | 892.98 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--------------------------|----|-----|-----|------|------|-------------|
| | Салат из свеклы отварной | 60 | 0.9 | 3.3 | 5.04 | 53.4 | 50 СБР 2013 |
|--|--------------------------|----|-----|-----|------|------|-------------|

| | | | | | | | |
|--|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) | 250 | 2.3 | 4.25 | 15.1 | 107 | 144 СБР 2013 |
| | Тефтели из птицы | 95 | 12.56 | 3.25 | 10.05 | 144.43 | Т.Т.К. № 10 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 11.6 | 10.4 | 56.8 | 372 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из плодов или ягод сушеных | 200 | 0.3 | | 20.1 | 81 | 512 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 39 | 2.96 | 0.31 | 19.19 | 91.65 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 869 | 32.27 | 21.81 | 134.63 | 892.98 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------|------------|------------|-----------|------------|---------------|
| | Сдоба Выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 250 | 3.2 | 1.4 | 49 | 207 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|----------------------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|--------------|
| | Крендель сахарный | 100 | 6.9 | 13 | 58.8 | 380 | 555 СБР 2013 |
| | Соки фруктовые или ягодные | 200 | 1 | 0.2 | 0.2 | 110 | 707 СБР 2004 |
| | Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 400 | 8.3 | 13.6 | 68.8 | 537 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 пятница

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Котлеты домашние | 90 | 12.2 | 14.31 | 9.09 | 214 | 271 СБР 2011 |
| | Пюре из гороха | 180 | 17.5 | 1.7 | 34.8 | 209 | 417 СБР 2013 |
| | Фруктовый чай с яблоком | 200 | 0.2 | | 25 | 85 | Т.Т.К. № 5 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 33 | 2.51 | 0.26 | 16.24 | 77.55 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 503 | 32.41 | 16.27 | 85.13 | 585.55 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | Котлеты домашние | 90 | 12.2 | 14.31 | 9.09 | 214 | 271 СБР 2011 |
| | Пюре из гороха | 180 | 17.5 | 1.7 | 34.8 | 209 | 417 СБР 2013 |
| | Фруктовый чай с яблоком | 200 | 0.2 | | 25 | 85 | Т.Т.К. № 5 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 33 | 2.51 | 0.26 | 16.24 | 77.55 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 503 | 32.41 | 16.27 | 85.13 | 585.55 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|--------------|
| | Ватрушки с повидлом | 50 | 2.9 | 1.1 | 29 | 138 | 741 СБР 2004 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 230 | 2.99 | 1.1 | 42.5 | 192 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | Икра морковная | 60 | 1.44 | 4.56 | 7.8 | 79.2 | 78 СБР 2004 |
| | Суп картофельный с крупой | 250 | 2.5 | 3 | 18.3 | 113 | 138 СБР 2004 |
| | Рагу из птицы | 195 | 15.37 | 12.9 | 17.7 | 276 | 407 СБР 2013 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 190 | 0.47 | | 25.65 | 104.5 | 508 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 39 | 2.96 | 0.31 | 19.19 | 91.65 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 759 | 24.39 | 21.07 | 96.99 | 707.85 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|-------|------|-------|-------|--------------|
| | Икра морковная | 60 | 1.44 | 4.56 | 7.8 | 79.2 | 78 СБР 2004 |
| | Суп картофельный с крупой | 250 | 2.5 | 3 | 18.3 | 113 | 138 СБР 2004 |
| | Рагу из птицы | 195 | 15.37 | 12.9 | 17.7 | 276 | 407 СБР 2013 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 190 | 0.47 | | 25.65 | 104.5 | 508 СБР 2013 |

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Хлеб пшеничный в/с | 39 | 2.96 | 0.31 | 19.19 | 91.65 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 759 | 24.39 | 21.07 | 96.99 | 707.85 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|---------------------|-----|------|-----|------|-----|--------------|
| | Ватрушки с повидлом | 50 | 2.9 | 1.1 | 29 | 138 | 741 СБР 2004 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 230 | 2.99 | 1.1 | 42.5 | 192 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------|-----|------|-----|-------|--------|--------------|
| | Булочка с маком | 100 | | | | 276 | 772 СБР 2004 |
| | Ряженка с сахаром | 205 | 5.8 | 5 | 12.99 | 119.95 | 516 СБР 2013 |
| | Апельсин | 50 | 0.45 | 0.1 | 4.05 | 21.5 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 355 | 6.25 | 5.1 | 17.04 | 417.45 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 понедельник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Сыр (порциями) | 12 | 2.78 | 3.54 | | 43.2 | 15 СБР 2011 |
| | Бутерброды с джемом или повидлом | 40 | 1.7 | 2.8 | 19.7 | 111 | 2 СБР 2004 |
| | Каша пшениная вязкая с сахаром | 210 | 8.72 | 12.86 | 47.18 | 338.9 | 258 СБР 2013 |
| | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) | 200 | 1.4 | 1.6 | 17.35 | 89.32 | 259 СБР 2001 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 38 | 2.89 | 0.3 | 18.7 | 89.3 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 17.49 | 21.1 | 102.93 | 671.72 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Сыр (порциями) | 12 | 2.78 | 3.54 | | 43.2 | 15 СБР 2011 |
| | Бутерброды с джемом или повидлом | 40 | 1.7 | 2.8 | 19.7 | 111 | 2 СБР 2004 |
| | Каша пшениная вязкая с сахаром | 210 | 8.72 | 12.86 | 47.18 | 338.9 | 258 СБР 2013 |
| | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) | 200 | 1.4 | 1.6 | 17.35 | 89.32 | 259 СБР 2001 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 38 | 2.89 | 0.3 | 18.7 | 89.3 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 500 | 17.49 | 21.1 | 102.93 | 671.72 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|------|-----|------|-----|---------------|
| | Сдоба выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 230 | 3.19 | 1.4 | 47.5 | 201 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Салат из свеклы отварной | 60 | 0.9 | 3.3 | 5.04 | 53.4 | 50 СБР 2013 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1.75 | 4.98 | 7.77 | 82 | 142 СБР 2013 |
| | Сметана | 5 | 0.13 | 0.75 | 0.18 | 8.1 | 479 СБР 2013 |
| | Котлеты домашние | 90 | 12.2 | 14.31 | 9.09 | 214 | 271 СБР 2011 |
| | Каша перловая рассыпчатая с овощами | 160 | 3.96 | 7.34 | 30 | 258.56 | Т.Т.К. № 15 |
| | Компот из яблок с лимоном | 190 | 0.28 | 0.19 | 23.8 | 97.85 | 509 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 41 | 3.12 | 0.33 | 20.17 | 96.35 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 821 | 23.99 | 31.5 | 104.4 | 853.76 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | |
|-------------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| Салат из свеклы отварной | 60 | 0.9 | 3.3 | 5.04 | 53.4 | 50 СБР 2013 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1.75 | 4.98 | 7.77 | 82 | 142 СБР 2013 |
| Сметана | 5 | 0.13 | 0.75 | 0.18 | 8.1 | 479 СБР 2013 |
| Котлеты домашние | 90 | 12.2 | 14.31 | 9.09 | 214 | 271 СБР 2011 |
| Каша перловая рассыпчатая с овощами | 160 | 3.96 | 7.34 | 30 | 258.56 | Т.Т.К. № 15 |
| Компот из яблок с лимоном | 190 | 0.28 | 0.19 | 23.8 | 97.85 | 509 СБР 2013 |
| Хлеб пшеничный в/с | 41 | 3.12 | 0.33 | 20.17 | 96.35 | 108 СБР 2013 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| Итого: | 821 | 23.99 | 31.5 | 104.4 | 853.76 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | |
|-----------------------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|---------------|
| Сдоба Выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| Чай с сахаром | 180 | 0.09 | | 13.5 | 54 | 493 СБР 2013 |
| Итого: | 230 | 3.19 | 1.4 | 47.5 | 201 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| Шанежка с яблоками | 100 | 5.2 | 15.4 | 52.4 | 368 | 551 СБР 2013 |
| Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1 | 0.2 | 0.2 | 92 | 518 СБР 2013 |
| Апельсин | 50 | 0.45 | 0.1 | 4.05 | 21.5 | 112 СБР 2013 |
| Итого: | 350 | 6.65 | 15.7 | 56.65 | 481.5 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Икра морковная | 50 | 1.2 | 3.8 | 6.5 | 66 | 78 СБР 2004 |
| | Куручка с рисом по-домашнему | 200 | 14.1 | 12.96 | 28.9 | 255.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 18 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 53 | 4.03 | 0.42 | 26.08 | 124.55 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 503 | 19.43 | 17.18 | 79.48 | 505.65 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
| | Икра морковная | 50 | 1.2 | 3.8 | 6.5 | 66 | 78 СБР 2004 |
| | Куручка с рисом по-домашнему | 200 | 14.1 | 12.96 | 28.9 | 255.1 | Т.Т.К. № 16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 18 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 53 | 4.03 | 0.42 | 26.08 | 124.55 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 503 | 19.43 | 17.18 | 79.48 | 505.65 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|-----|-------|------|-------|-------|--------------|
| | Булочка дорожная | 60 | 4.2 | 8.28 | 33.48 | 225.6 | 565 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.181 | | 13.5 | 52.2 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 240 | 4.381 | 8.28 | 46.98 | 277.8 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|---|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Салат картофельный с огурцами солеными | 60 | 1.02 | 3.18 | 6.3 | 57.6 | 66 СБР 2013 |
| | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) | 200 | 1.84 | 3.4 | 12.1 | 86 | 144 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 105 | 7.56 | 3.99 | 10.43 | 109 | Т.Т.К. № 23 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 190 | 10.83 | 9.88 | 54 | 353 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из кураги | 190 | 1.14 | | 29.5 | 119.7 | 638 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 48 | 3.65 | 0.38 | 23.62 | 112.8 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 818 | 27.69 | 21.13 | 144.3 | 881.6 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|---|-----|------|------|-------|------|--------------|
| | Салат картофельный с огурцами солеными | 60 | 1.02 | 3.18 | 6.3 | 57.6 | 66 СБР 2013 |
| | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) | 200 | 1.84 | 3.4 | 12.1 | 86 | 144 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 105 | 7.56 | 3.99 | 10.43 | 109 | Т.Т.К. № 23 |

| | | | | | | | |
|---------------|----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Каша гречневая рассыпчатая | 190 | 10.83 | 9.88 | 54 | 353 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из кураги | 190 | 1.14 | | 29.5 | 119.7 | 638 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в\с | 48 | 3.65 | 0.38 | 23.62 | 112.8 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| Итого: | | 818 | 27.69 | 21.13 | 144.3 | 881.6 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|---------------|------------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка дорожная | 60 | 4.2 | 8.28 | 33.48 | 225.6 | 565 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 18 | 60 | 493 СБР 2013 |
| Итого: | | 260 | 4.3 | 8.28 | 51.48 | 285.6 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|---------------|--------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Сдоба обыкновенная | 100 | 8.5 | 4.67 | 58.8 | 310 | 570 СБР 2013 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5.8 | 5 | 9.6 | 106 | 515 СБР 2013 |
| | Яблоко | 80 | 0.32 | 0.32 | 7.84 | 37.6 | 112 СБР 2013 |
| Итого: | | 380 | 14.62 | 9.99 | 76.24 | 453.6 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 среда

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-----------------------------|-----------|--------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Печенье | 17 | 1.275 | 1.666 | 12.648 | 70.89 | 590 СБР 2013 |
| | Тефтели из птицы | 90 | 14.51 | 3.76 | 9.28 | 133.32 | Т.Т.К. № 10 |
| | Макаронные изделия отварные | 170 | 6.35 | 0.79 | 32.86 | 164.3 | 291 СБР 2013 |
| | Чай с молоком | 200 | 1.5 | 1.3 | 15.9 | 81 | 495 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 28 | 2.13 | 0.22 | 13.78 | 65.8 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 505 | 25.765 | 7.736 | 84.468 | 515.31 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|--------|-------|--------|--------|--------------|
| | Печенье | 17 | 1.275 | 1.666 | 12.648 | 70.89 | 590 СБР 2013 |
| | Тефтели из птицы | 90 | 14.51 | 3.76 | 9.28 | 133.32 | Т.Т.К. № 10 |
| | Макаронные изделия отварные | 170 | 6.35 | 0.79 | 32.86 | 164.3 | 291 СБР 2013 |
| | Чай с молоком | 200 | 1.5 | 1.3 | 15.9 | 81 | 495 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 28 | 2.13 | 0.22 | 13.78 | 65.8 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 505 | 25.765 | 7.736 | 84.468 | 515.31 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|------|------|-------|-------|--------------|
| | Булочка "Веснушка" | 60 | 4.69 | 3.69 | 34.2 | 189.9 | 559 СБР 2013 |
| | Чай с лимоном | 180 | 0.9 | | 13.68 | 55 | 494 СБР 2013 |
| | Итого: | 240 | 5.59 | 3.69 | 47.88 | 244.9 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
| | Рассольник Ленинградский | 250 | 2.05 | 5.25 | 16.25 | 121 | 134 СБР 2013 |
| | Гречаники с мясом | 90 | 12.13 | 4.7 | 9.8 | 129.6 | Т.Т.К. № 17 |
| | Пюре из бобовых | 180 | 18.18 | 5 | 36.81 | 264.6 | 514 СБР 2004 |
| | Компот из свежего яблока | 200 | 0.6 | | 46.6 | 182 | 631 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 51 | 3.88 | 0.41 | 25.09 | 119.85 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 856 | 39.27 | 22.14 | 146.98 | 938.55 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|----|------|------|------|----|-------------|
| | Винегрет овощной (без лука) | 60 | 0.78 | 6.48 | 4.08 | 78 | 76 СБР 2013 |
|--|-----------------------------|----|------|------|------|----|-------------|

| | | | | | | | |
|--|--------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Рассольник Ленинградский | 250 | 2.05 | 5.25 | 16.25 | 121 | 134 СБР 2013 |
| | Гречаники с мясом | 90 | 12.13 | 4.7 | 9.8 | 129.6 | Т.Т.К. № 17 |
| | Пюре из бобовых | 180 | 18.18 | 5 | 36.81 | 264.6 | 514 СБР 2004 |
| | Компот из свежего яблока | 200 | 0.6 | | 46.6 | 182 | 631 СБР 2004 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 51 | 3.88 | 0.41 | 25.09 | 119.85 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 856 | 39.27 | 22.14 | 146.98 | 938.55 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|--------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка "Веснушка" | 60 | 4.69 | 3.69 | 34.2 | 189.9 | 559 СБР 2013 |
| | Чай с лимоном | 190 | 0.95 | | 14.44 | 58 | 494 СБР 2013 |
| | Итого: | 250 | 5.64 | 3.69 | 48.64 | 247.9 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|
| | Крендель сахарный | 75 | | | | | 555 СБР 2013 |
| | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1 | 0.2 | 0.2 | 92 | 518 СБР 2013 |
| | Апельсин | 50 | 0.45 | 0.1 | 4.05 | 21.5 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 325 | 1.45 | 0.3 | 4.25 | 113.5 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 четверг

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|--------------------|-----------|-------|-------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Котлеты домашние | 65 | 8.14 | 10.33 | 6.56 | 154.4 | 271 СБР 2011 |
| | Рис припущенный | 190 | 4.48 | 7.6 | 41.04 | 250.8 | 415 СБР 2013 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 46 | 3.5 | 0.37 | 22.63 | 108.1 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 501 | 16.22 | 18.3 | 85.43 | 574.3 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
| | Котлеты домашние | 65 | 8.14 | 10.33 | 6.56 | 154.4 | 271 СБР 2011 |
| | Рис припущенный | 190 | 4.48 | 7.6 | 41.04 | 250.8 | 415 СБР 2013 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0.1 | | 15.2 | 61 | 494 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 46 | 3.5 | 0.37 | 22.63 | 108.1 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 501 | 16.22 | 18.3 | 85.43 | 574.3 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------------|
| | Булочка домашняя | 75 | 5.6 | 9.75 | 45.25 | 291.2 | 564 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 275 | 5.7 | 9.75 | 60.25 | 351.2 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--|-----|--------|-------|--------|-------|--------------|
| | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 70 | 0.063 | 7 | 11.39 | 112 | 52 СБР 2013 |
| | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2.1 | 5.1 | 14.55 | 112.5 | 154 СБР 2013 |
| | Рагу из птицы | 195 | 15.37 | 12.9 | 17.7 | 276 | 407 СБР 2013 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 190 | 1.33 | | 27.55 | 115.9 | 503 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 44 | 3.34 | 0.35 | 21.65 | 103.4 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 774 | 23.853 | 25.65 | 101.19 | 763.3 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|------|-------|-------|--------------|
| | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 70 | 0.063 | 7 | 11.39 | 112 | 52 СБР 2013 |
| | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2.1 | 5.1 | 14.55 | 112.5 | 154 СБР 2013 |
| | Рагу из птицы | 195 | 15.37 | 12.9 | 17.7 | 276 | 407 СБР 2013 |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 190 | 1.33 | | 27.55 | 115.9 | 503 СБР 2013 |

| | | | | | | | |
|--|--------------------|------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| | Хлеб пшеничный в/с | 44 | 3.34 | 0.35 | 21.65 | 103.4 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 43.5 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 774 | 23.853 | 25.65 | 101.19 | 763.3 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка домашняя | 75 | 5.6 | 9.75 | 45.25 | 291.2 | 564 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 275 | 5.7 | 9.75 | 60.25 | 351.2 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|---------------|
| | Сдоба Выборгская с повидлом | 50 | 3.1 | 1.4 | 34 | 147 | гост 50763-07 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5.8 | 5 | 9.6 | 106 | 515 СБР 2013 |
| | Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 350 | 9.3 | 6.8 | 53.4 | 300 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 пятница

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая | № рецептуры |
|---|-----------------------|-----------|--------|--------|----------|----------------|--------------|
| Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Гуляш из птицы | 100 | 9.6 | 9.52 | 3.44 | 140 | Т.Т.К. № 9 |
| | Каша вязкая пшеничная | 150 | 6 | 21.3 | 152.6 | 152.6 | 510 СБР 2004 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 514 | 19.266 | 32.011 | 210.11 | 534.05 | |

Завтрак ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----|--------|--------|--------|--------|--------------|
| | Вафля | 27 | 0.756 | 0.891 | 20.87 | 94.5 | 588 СБР 2013 |
| | Гуляш из птицы | 100 | 9.6 | 9.52 | 3.44 | 140 | Т.Т.К. № 9 |
| | Каша вязкая пшеничная | 150 | 6 | 21.3 | 152.6 | 152.6 | 510 СБР 2004 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 37 | 2.81 | 0.3 | 18.2 | 86.95 | 108 СБР 2013 |
| | Итого: | 514 | 19.266 | 32.011 | 210.11 | 534.05 | |

Завтрак ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|-----|-----|------|-------|-------|--------------|
| | Булочка дорожная | 60 | 4.2 | 8.28 | 33.48 | 225.6 | 565 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 15 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 260 | 4.3 | 8.28 | 48.48 | 285.6 | |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|--|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| | Икра морковная | 60 | 1.44 | 4.56 | 7.8 | 79.2 | 78 СБР 2004 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2.16 | 2.28 | 15.06 | 89 | 147 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 135 | 9.72 | 5.13 | 13.41 | 140.14 | Т.Т.К. № 23 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8.55 | 7.85 | 37.08 | 253 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из яблок с лимоном | 190 | 0.28 | 0.19 | 23.8 | 97.85 | 509 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 42 | 3.19 | 0.34 | 20.66 | 98.7 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 797 | 26.66 | 20.59 | 124.49 | 792.69 | |

Обед ОВЗ

| | | | | | | | |
|--|----------------|----|------|------|-----|------|-------------|
| | Икра морковная | 60 | 1.44 | 4.56 | 7.8 | 79.2 | 78 СБР 2004 |
|--|----------------|----|------|------|-----|------|-------------|

| | | | | | | | |
|--|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2.16 | 2.28 | 15.06 | 89 | 147 СБР 2013 |
| | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 135 | 9.72 | 5.13 | 13.41 | 140.14 | Т.Т.К. № 23 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8.55 | 7.85 | 37.08 | 253 | 237 СБР 2013 |
| | Компот из яблок с лимоном | 190 | 0.28 | 0.19 | 23.8 | 97.85 | 509 СБР 2013 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 42 | 3.19 | 0.34 | 20.66 | 98.7 | 108 СБР 2013 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1.32 | 0.24 | 6.68 | 34.8 | 109 СБР 2013 |
| | Итого: | 797 | 26.66 | 20.59 | 124.49 | 792.69 | |

Обед ОВЗ дополнительно

| | | | | | | | |
|--|------------------|------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка дорожная | 60 | 4.2 | 8.28 | 33.48 | 225.6 | 565 СБР 2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | | 18 | 60 | 493 СБР 2013 |
| | Итого: | 260 | 4.3 | 8.28 | 51.48 | 285.6 | |

Полдник с 7 до 11 лет

| | | | | | | | |
|--|-----------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | Булочка с маком | 100 | | | | 276 | 772 СБР 2004 |
| | Ряженка | 200 | 6 | 12 | 8.2 | 169 | 698 СБР 2004 |
| | Апельсин | 50 | 0.45 | 0.1 | 4.05 | 21.5 | 112 СБР 2013 |
| | Итого: | 350 | 6.45 | 12.1 | 12.25 | 466.5 | |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Ведомость контроля за рационом питания

с 4/1/2024 по

| Режим питания: трехразовое | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------------------|-----------------|-------------------------------|
| Возрастная категория: от 7 до 11 лет | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции | Количество пищевой продукции в граммах (нетто) | | | | | | | | | | | Всего за 10 дней | Всего за 1 день | Отклонение от нормы в % (+/-) |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | | |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 52 | 30 | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 20 | 20 | 35 | 20 | 250 | 25 | -51.92307692 |
| Хлеб пшеничный | 97 | | | | | 14.5 | 14.5 | | | | 11 | 0 | 40 | -95.87628866 |
| Мука пшеничная | 10 | 167.4 | 145.6 | 152.4 | 129.2 | 148.6 | 119.4 | 171.4 | 108 | 126.4 | 167.5 | 1435.9 | 143.59 | 1335.9 |
| Крупы, бобовые | 30 | 106.5 | 10 | 56 | 69.5 | 99 | 66 | 143 | 18.5 | 10 | 106.5 | 685 | 68.5 | 128.3333333 |
| Макаронные изделия | 10 | | 58 | | | | | | 58 | | 10 | 126 | 12.6 | 26 |
| Картофель | 121 | 69.7 | 179 | 359 | 333 | 184 | 162 | 112.5 | 405.7 | 212 | 125 | 2141.9 | 214.19 | 77.01652893 |
| Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-поре, зелень. | 182 | 181.3 | 360.4 | 211.9 | 142.9 | 216.5 | 262.1 | 256.9 | 179.8 | 503 | 184.1 | 2498.9 | 249.89 | 37.3021978 |
| Фрукты свежие | 120 | 114.5 | 114 | 80 | 205 | 85.1 | 213.7 | 91 | 116.9 | 65 | 139.7 | 1224.9 | 122.49 | 2.075 |
| Сухофрукты | 10 | | 19 | 3.6 | | 25 | | 20 | | 7.5 | | 75.1 | 7.51 | -24.9 |
| Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные | 130 | 200 | | | 200 | | 200 | | 200 | | | 800 | 80 | -38.46153846 |
| Мясо I категории | 45.5 | 3.5 | 38 | 27 | 81 | 63.2 | 63.2 | 29 | 52 | 48.5 | 45 | 450.4 | 45.04 | -1.010989011 |
| Субпродукты (печень, язык, сердце) | 20 | 0 | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Филе грудки | 23 | 54 | 42.5 | 65 | | 83 | | 58 | 47 | 83 | 61 | 493.5 | 49.35 | 114.5652174 |
| Рыба-филе, в т.ч. филе слабо или малосоленое | 38 | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%) | 195 | 162 | | 237 | | | 155.5 | 210 | 50 | 210 | | 1024.5 | 102.45 | -47.46153846 |
| Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%,3,2 %) | 97 | | 200 | | | 205 | | | | | 206 | 611 | 61.1 | -37.01030928 |
| Творог (массовая доля жира не более 9%) | 32.5 | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |
| Сыр | 6.5 | 17 | | | 10.5 | | 12.6 | | | | | 40.1 | 4.01 | -38.30769231 |
| Сметана(массовая доля жира не более 15%) | 6.5 | | | | 12.5 | | | 1 | 16.8 | | | 30.3 | 3.03 | -53.38461538 |
| Масло сливочное | 19.5 | 27.5 | 17.5 | 11.2 | 17 | | 16.5 | 8.5 | 18 | | 12 | 128.2 | 12.82 | -34.25641026 |
| Масло растительное | 10 | 16.9 | 42.3 | 33 | 30.6 | 22.6 | 19.6 | 32.8 | 34.6 | 25.3 | 20.5 | 278.2 | 27.82 | 178.2 |
| Яйцо диетическое | 26 | 5 | 8 | 7.1 | 9.8 | 11 | 7.1 | 2.6 | 8.3 | 5.3 | | | 0 | -100 |
| Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержание сахара, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой продукции) | 19.5 | 45.9 | 54.9 | 36.1 | 56.1 | 40.5 | 67.9 | 46.7 | 47.5 | 38.3 | 42.1 | 476 | 47.6 | 144.1025641 |
| Кондитерские изделия | 6.5 | 27 | | | | | | | 17 | | 27 | 71 | 7.1 | 9.230769231 |
| Чай | 0.65 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 | 1 | 53.84615385 |
| Какао (кофейный напиток) | 0.65 | | | | | | 2 | | | | | 2 | 0.2 | -69.23076923 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0.13 | 3 | 3 | 3.2 | 2.4 | 2.1 | 2.3 | 2.4 | 1.1 | 2.5 | 2.3 | 24.3 | 2.43 | 1769.230769 |
| Соль | 2 | 2 | 2 | 2.4 | 1.9 | 1.2 | 3 | 2.7 | 2.6 | 2.1 | 1.5 | 64.2 | 6.42 | 221 |

Подпись медицинского работника и дата:

Директор ООО "КШП "Валентина"

В.М.Пискунова

Фактически выдано продуктов в нетто по дням в качестве горячих завтраков (всего), г на одного человека/количество питающихся

| Норма калорийности за 12 дней по Сан ПиН 2.4.5.2409-2008 года для учащихся старше 11 лет (60 % от нормы) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | Итого за 12 дней | Срднее за 12 дней | Отклонение от нормы в % (+\/-) |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|------------------|-------------------|--------------------------------|
| 1627.8 | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | -100 |

| |
|---|
| Отклонен ие от нормы по количест ву (+\ -) |
| -1627.8 |

Список используемой литературы

СБР 2004 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004 г.

СБР 2001 - Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2001 г.

СБР 2011 - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели принт г.

СБР 2013 - Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений профессионального образования, специальных учреждений для несовершеннолетних нуждающихся в социальной реабилитации. Пермь 2013 ООО "Уральский региональный центр питания".

ї для
ПЬНЫХ

ПОД И

ихся
Г 2011

ур

петних,
ЮО

