

Согласовано
Директор

МОАУ СОШ № 14

" 2

09

2024



Утверждаю
Директор

ООО "КШП 'Валентина'

Пискунова В.М.

" 2

сентября

2024 г



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 2024-2025 учебного года

Согласовано:

Директор

МОАУ СОШ № _____

2 _____ сентября 2024

Утверждаю:

Директор

ООО "КШП "Валентина"

Пискунова В.М. _____

2 _____ сентября 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 2024-2025 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							
	Котлеты рубленые из птицы	75	11.25	8	6.98	144.4	294 СБР 2011
	Каша вязкая (гречневая)	180	5.4	8.1	26.82	205.2	510 СБР 2004
	Чай с вареньем	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	48	3.65	0.38	23.62	112.8	108 СБР 2013
	Итого:	503	20.4	16.48	72.42	522.4	

Завтрак ОВЗ

	Котлеты рубленые из птицы	75	11.25	8	6.98	144.4	294 СБР 2011
	Каша вязкая (гречневая)	180	5.4	8.1	26.82	205.2	510 СБР 2004
	Чай с вареньем	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	48	3.65	0.38	23.62	112.8	108 СБР 2013
	Итого:	503	20.4	16.48	72.42	522.4	

Завтрак 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	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из моркови и яблок	60	0.54	6.12	4.32	74.4	9 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	2.3	4.25	15.1	107	144 СБР 2013
	Голубцы ленивые	160	13.6	13.28	6.4	200	372 СБР 2013
	Сметана	10	0.26	1.5	0.36	16.2	479 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.56	0.48	29.52	141	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	Итого:	770	23.84	25.99	112.32	772.8	

Обед ОВЗ

	Салат из моркови и яблок	60	0.54	6.12	4.32	74.4	9 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	2.3	4.25	15.1	107	144 СБР 2013
	Голубцы ленивые	160	13.6	13.28	6.4	200	372 СБР 2013

	Сметана	10	0.26	1.5	0.36	16.2	479 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в\с	60	4.56	0.48	29.52	141	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
Итого:		770	23.84	25.99	112.32	772.8	

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	60	6	3.9	49.4	257	573 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0.2	0.2	92	518 СБР 2013
	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
Итого:		360	7.9	4.3	57.7	392	

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							
	Вафля	27	0.756	0.891	20.87	94.5	588 СБР 2013
	Гуляш из птицы	90	8.4	8.33	3.01	122.5	Т.Т.К. № 9
	Рис припущенный	170	4	6.8	36.72	224.8	415 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Итого:	523	15.996	16.311	93.31	586.4	

Завтрак ОВЗ

	Вафля	27	0.756	0.891	20.87	94.5	588 СБР 2013
	Гуляш из птицы	90	8.4	8.33	3.01	122.5	Т.Т.К. № 9
	Рис припущенный	170	4	6.8	36.72	224.8	415 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Итого:	523	15.996	16.311	93.31	586.4	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Итого:	250	3	1.1	44	198	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из свежих помидоров	60	0.6	6.12	2.1	66	22 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
	Капуста тушеная	170	6.29	6.12	6.63	107.1	423 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	200	0.3	0.2	25.81	103	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	Итого:	790	22.23	28.62	85.02	691.6	

Обед ОВЗ

	Салат из свежих помидоров	60	0.6	6.12	2.1	66	22 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
	Капуста тушеная	170	6.29	6.12	6.63	107.1	423 СБР 2013
	Компот из яблок с лимоном	200	0.3	0.2	25.81	103	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	Итого:	790	22.23	28.62	85.02	691.6	

Обед ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Итого:	250	3	1.1	44	198	

Полдник с 7 до 11 лет

	Булочка домашняя	50	2.25	3.9	18.1	116.5	564 СБР 2013
	Ряженка с сахаром	205	5.8	5	12.99	119.95	516 СБР 2013
	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	70.5	112 СБР 2013
	Итого:	405	8.65	9.5	45.79	306.95	

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							
	Масло (порциями)	15	0.12	10.87	0.19	99.15	14 СБР 2011
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	100	7.02	3.75	9.7	101.2	Т.Т.К. № 23
	Макаронные изделия отварные	170	6.35	0.79	32.87	165	516 СБР 2004
	Фруктовый чай	200			19.63	73.45	Т.Т.К. № 4
	Хлеб пшеничный в/с	29	2.2	0.23	14.27	68.15	108 СБР 2013
	Итого:	514	15.69	15.64	76.66	506.95	

Завтрак ОВЗ

	Масло (порциями)	15	0.12	10.87	0.19	99.15	14 СБР 2011
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	100	7.02	3.75	9.7	101.2	Т.Т.К. № 23
	Макаронные изделия отварные	170	6.35	0.79	32.87	165	516 СБР 2004
	Фруктовый чай	200			19.63	73.45	Т.Т.К. № 4
	Хлеб пшеничный в/с	29	2.2	0.23	14.27	68.15	108 СБР 2013
	Итого:	514	15.69	15.64	76.66	506.95	

Завтрак 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	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из моркови	60	0.66	6.06	5.46	79	7 СБР 2013
	Борщ Сибирский	250	3.9	4.3	16	118	111 СБР 2004
	Сметана	10	0.26	1.5	0.36	16.2	479 СБР 2013
	Курочка с рисом по-домашнему	200	14	12.86	28.69	254.1	Т.Т.К. № 16
	Компот из кураги	200	1.2		31.06	126	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	54	4.1	0.43	26.57	126.9	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	Итого:	804	26.1	25.51	118.16	772.4	

Обед ОВЗ

	Салат из моркови	60	0.66	6.06	5.46	79	7 СБР 2013
--	------------------	----	------	------	------	----	------------

Борщ Сибирский	250	3.9	4.3	16	118	111 СБР 2004
Сметана	10	0.26	1.5	0.36	16.2	479 СБР 2013
Курочка с рисом по-домашнему	200	14	12.86	28.69	254.1	Т.Т.К. № 16
Компот из кураги	200	1.2		31.06	126	638 СБР 2004
Хлеб пшеничный в/с	54	4.1	0.43	26.57	126.9	108 СБР 2013
Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
Итого:	804	26.1	25.51	118.16	772.4	

Обед ОВЗ дополнительно

Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
Чай с сахаром	200	0.1		20	66	493 СБР 2013
Итого:	260	4.3	8.28	53.48	291.6	

Полдник с 7 до 11 лет

Булочка "Веснушка"	50	3.9	3	28.5	157.9	559 СБР 2013
Молоко кипяченое	190	5.51	4.75	9.12	100.7	515 СБР 2013
Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
Итого:	340	10.31	7.95	45.72	301.6	

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							
	Пряники	50	2.95	2.35	37.5	183	589 СБР 2013
	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95		35.8	15 СБР 2011
	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	210	12.19	12.05	55.85	380.8	316 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	25	1.9	0.2	12.3	58.75	108 СБР 2013
	Итого:	495	20.86	18.85	121.55	739.35	

Завтрак ОВЗ

	Пряники	50	2.95	2.35	37.5	183	589 СБР 2013
	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95		35.8	15 СБР 2011
	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	210	12.19	12.05	55.85	380.8	316 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	25	1.9	0.2	12.3	58.75	108 СБР 2013
	Итого:	495	20.86	18.85	121.55	739.35	

Завтрак 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	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0.96	6.06	5.76	82	4 СБР 2013
	Суп картофельный с крупой	250	1.75	3.98	7.77	82.5	138 СБР 2004
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Картофельное пюре	150	3.15	6.62	16.37	138	429 СБР 2013
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5		27	110	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	43	3.27	0.34	21.16	101.05	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	818	23.48	31.61	95.5	771.05	

Обед ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0.96	6.06	5.76	82	4 СБР 2013
--	--	----	------	------	------	----	------------

	Суп картофельный с крупой	250	1.75	3.98	7.77	82.5	138 СБР 2004
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Картофельное пюре	150	3.15	6.62	16.37	138	429 СБР 2013
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5		27	110	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	43	3.27	0.34	21.16	101.05	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	818	23.48	31.61	95.5	771.05	

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	50	3.46	6.5	29.4	190	555 СБР 2013
	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	9.66	11.9	48.8	343	

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							
	Яйца вареные	40	5.1	4.6	0.3	63	300 СБР 2013
	Бутерброды с сыром	30	4.03	6.78	6.26	105.43	3 СБР 2004
	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным и сахаром	215	6.3	15.95	47.06	298.3	253 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	24	1.82	0.19	11.81	56.4	108 СБР 2013
	Итого:	509	17.35	27.52	80.63	584.13	

Завтрак ОВЗ

	Яйца вареные	40	5.1	4.6	0.3	63	300 СБР 2013
	Бутерброды с сыром	30	4.03	6.78	6.26	105.43	3 СБР 2004
	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным и сахаром	215	6.3	15.95	47.06	298.3	253 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	24	1.82	0.19	11.81	56.4	108 СБР 2013
	Итого:	509	17.35	27.52	80.63	584.13	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Итого:	250	3	1.1	44	198	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат витаминный	60	0.66	6.06	6.36	82.8	2 СБР 2013
	Свекольник	200	1.7	3.56	9.6	77.6	131 СБР 2013
	Тефтели (1 вариант)	90	11.08	13.14	11.22	209.4	461в1СБР2004
	Рагу из овощей	180	3.6	9.6	15.3	162	195 СБР 2013
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0.3		20.1	81	512 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	55	4.18	0.44	27.06	129.25	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	109 СБР 2013
	Итого:	820	23.83	33.22	101.33	802.95	

Обед ОВЗ

	Салат витаминный	60	0.66	6.06	6.36	82.8	2 СБР 2013
--	------------------	----	------	------	------	------	------------

	Свекольник	200	1.7	3.56	9.6	77.6	131 СБР 2013
	Тефтели (1 вариант)	90	11.08	13.14	11.22	209.4	461в1СБР2004
	Рагу из овощей	180	3.6	9.6	15.3	162	195 СБР 2013
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0.3		20.1	81	512 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	55	4.18	0.44	27.06	129.25	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	109 СБР 2013
	Итого:	820	23.83	33.22	101.33	802.95	

Обед ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Итого:	250	3	1.1	44	198	

Полдник с 7 до 11 лет

	Булочка с маком	50	4.03	1.47	27	137.2	772 СБР 2004
	Ряженка с сахаром	205	5.8	5	12.99	119.95	516 СБР 2013
	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
	Итого:	355	10.73	6.67	48.09	300.15	

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							
	Гуляш из птицы	110	10.8	10.7	3.87	157.5	Т.Т.К. № 9
	Каша вязкая (гречневая)	160	4.8	7.2	23.84	182.4	510 СБР 2004
	Фруктовый чай с яблоком	200	0.2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	52	3.95	0.42	25.58	122.2	108 СБР 2013
	Итого:	522	19.75	18.32	78.29	547.1	

Завтрак ОВЗ

	Гуляш из птицы	110	10.8	10.7	3.87	157.5	Т.Т.К. № 9
	Каша вязкая (гречневая)	160	4.8	7.2	23.84	182.4	510 СБР 2004
	Фруктовый чай с яблоком	200	0.2		25	85	Т.Т.К. № 5
	Хлеб пшеничный в/с	52	3.95	0.42	25.58	122.2	108 СБР 2013
	Итого:	522	19.75	18.32	78.29	547.1	

Завтрак 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	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из белокочанной капусты	60	1.26	6.06	5.58	81	1 СБР 2013
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	147 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Рагу овощное (3 вариант)	150	3.75	13.35	20.25	218.5	541 СБР 2004(Зв)
	Компот из яблок с лимоном	190	0.28	0.19	23.8	97.85	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	32	2.43	0.26	15.74	75.2	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	742	23.4	36.69	96.2	810.35	

Обед ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты	60	1.26	6.06	5.58	81	1 СБР 2013
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	147 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011

	Рагу овощное (3 вариант)	150	3.75	13.35	20.25	218.5	541СБР2004(Зв)
	Компот из яблок с лимоном	190	0.28	0.19	23.8	97.85	509 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в\с	32	2.43	0.26	15.74	75.2	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
Итого:		742	23.4	36.69	96.2	810.35	

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

	Булочка домашняя	50	2.25	3.9	18.1	116.5	564 СБР 2013
	Молоко кипяченое	180	5.2	4.5	8.64	95.4	515 СБР 2013
	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
Итого:		330	8.35	8.6	34.84	254.9	

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							
	Салат витаминный	70	0.77	7.07	7.42	96.6	2 СБР 2013
	Курочка с рисом по-домашнему	200	14.1	12.96	28.9	255.1	Т.Т.К. № 16
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Итого:	515	18.39	20.39	73.46	517.45	

Завтрак ОВЗ

	Салат витаминный	70	0.77	7.07	7.42	96.6	2 СБР 2013
	Курочка с рисом по-домашнему	200	14.1	12.96	28.9	255.1	Т.Т.К. № 16
	Чай с сахаром	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Итого:	515	18.39	20.39	73.46	517.45	

Завтрак 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	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из свежих огурцов	70	0.7	10.1	2	102	17 СБР 2013
	Борщ с фасолью и картофелем	200	3.12	4.32	13.36	104.8	116 СБР 2004
	Тефтели из говядины с рисом ("ёжики")	90	8.1	13.2	9.71	187.3	390 СБР 2013
	Картофель жареный из отварного	170	4.59	16.15	25.84	265.2	428 СБР 2013
	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	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	805	23.36	44.47	112.86	942.3	

Обед ОВЗ

	Салат из свежих огурцов	70	0.7	10.1	2	102	17 СБР 2013
	Борщ с фасолью и картофелем	200	3.12	4.32	13.36	104.8	116 СБР 2004
	Тефтели из говядины с рисом ("ёжики")	90	8.1	13.2	9.71	187.3	390 СБР 2013

	Картофель жареный из отварного	170	4.59	16.15	25.84	265.2	428 СБР 2013
	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	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	805	23.36	44.47	112.86	942.3	

Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		20	66	493 СБР 2013
	Итого:	260	4.3	8.28	53.48	291.6	

Полдник с 7 до 11 лет

	Сдоба обыкновенная	50	4.29	2.33	29.4	156	570 СБР 2013
	Ряженка с сахаром	200	5.8	5	8	100	516 СБР 2013
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	112 СБР 2013
	Итого:	350	10.49	7.73	47.2	303	

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							
	Котлеты рубленые из птицы	70	10.5	7.49	6.51	134.75	294 СБР 2011
	Макаронные изделия отварные	170	6.35	0.79	32.86	164.3	291 СБР 2013
	Чай апельсиновый	200			19.95	74.73	Т.Т.К. № 3
	Хлеб пшеничный в/с	55	4.18	0.44	27.06	129.25	108 СБР 2013
	Итого:	495	21.03	8.72	86.38	503.03	

Завтрак ОВЗ

	Котлеты рубленые из птицы	70	10.5	7.49	6.51	134.75	294 СБР 2011
	Макаронные изделия отварные	170	6.35	0.79	32.86	164.3	291 СБР 2013
	Чай апельсиновый	200			19.95	74.73	Т.Т.К. № 3
	Хлеб пшеничный в/с	55	4.18	0.44	27.06	129.25	108 СБР 2013
	Итого:	495	21.03	8.72	86.38	503.03	

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	121.25	134 СБР 2013
	Гречаники с мясом	90	12.13	4.7	9.8	129.6	Т.Т.К. № 17
	Каша ячневая рассыпчатая	200	6.4	8.2	42.6	274	508 СБР 2004
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	860	26.32	25.19	145.69	913.65	

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	121.25	134 СБР 2013
	Гречаники с мясом	90	12.13	4.7	9.8	129.6	Т.Т.К. № 17

	Каша ячневая рассыпчатая	200	6.4	8.2	42.6	274	508 СБР 2004
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в\с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
Итого:		860	26.32	25.19	145.69	913.65	

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	50	3.46	6.5	29.4	190	555 СБР 2013
	Соки овощные, фруктовые или ягодные	200	1	0.2	0.2	92	518 СБР 2013
	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
Итого:		350	5.36	6.9	37.7	325	

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							
	Печенье	17	1.275	1.666	12.648	70.89	590 СБР 2013
	Котлеты домашние	70	9.49	11.13	7.07	166.25	271 СБР 2011
	Капуста тушеная	180	4.5	8.28	19.26	169.2	534 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Итого:	507	18.405	21.396	73.858	561.34	

Завтрак ОВЗ

	Печенье	17	1.275	1.666	12.648	70.89	590 СБР 2013
	Котлеты домашние	70	9.49	11.13	7.07	166.25	271 СБР 2011
	Капуста тушеная	180	4.5	8.28	19.26	169.2	534 СБР 2004
	Чай с лимоном	200	0.1		15.2	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Итого:	507	18.405	21.396	73.858	561.34	

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 "Летний"	60	1.38	4.38	3.6	60	32 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	250	2.1	5.1	14.55	112.5	154 СБР 2013
	Рагу из птицы	175	13.8	14.4	15.9	248	407 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	180	0.54		42	164	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
	Итого:	735	22.84	24.56	105.75	730.7	

Обед ОВЗ

	Салат "Летний"	60	1.38	4.38	3.6	60	32 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	250	2.1	5.1	14.55	112.5	154 СБР 2013

	Рагу из птицы	175	13.8	14.4	15.9	248	407 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	180	0.54		42	164	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в\с	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	109 СБР 2013
Итого:		735	22.84	24.56	105.75	730.7	

Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	75	5.6	9.75	45.25	291.2	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		20	66	493 СБР 2013
Итого:		275	5.7	9.75	65.25	357.2	

Полдник с 7 до 11 лет

	Ватрушки с повидлом	50	3.08	1.4	34	161.5	540 СБР 2013
	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	9.28	6.8	53.4	314.5	

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							
	Яйца вареные	40	5.1	4.6	0.3	63	300 СБР 2013
	Сыр (порциями)	13	3	3.8		46.8	15 СБР 2011
	Каша рисовая вязкая	220	6.908	13.002	40.7	307.34	253 СБР 2013
	Кофейный напиток с молоком	200	3.2	2.7	15.9	79	501 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Итого:	518	21.628	24.462	79.04	601.89	

Завтрак ОВЗ

	Яйца вареные	40	5.1	4.6	0.3	63	300 СБР 2013
	Сыр (порциями)	13	3	3.8		46.8	15 СБР 2011
	Каша рисовая вязкая	220	6.908	13.002	40.7	307.34	253 СБР 2013
	Кофейный напиток с молоком	200	3.2	2.7	15.9	79	501 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Итого:	518	21.628	24.462	79.04	601.89	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		20	66	493 СБР 2013
	Итого:	260	4.3	8.28	53.48	291.6	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками.	60	0.84	6.06	3.6	72	3 СБР 2013
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2.06	2.22	14.84	88	158 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	135	9.72	5.13	13.41	140.14	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	170	9.69	8.87	42	286.7	237 СБР 2013
	Компот из апельсинов с яблоками	190	0.47	0.19	21.09	88.35	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	28	2.13	0.22	13.78	65.8	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	808	26.56	22.99	117.07	784.49	

Обед ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками.	60	0.84	6.06	3.6	72	3 СБР 2013
--	--	----	------	------	-----	----	------------

	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2.06	2.22	14.84	88	158 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	135	9.72	5.13	13.41	140.14	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	170	9.69	8.87	42	286.7	237 СБР 2013
	Компот из апельсинов с яблоками	190	0.47	0.19	21.09	88.35	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	28	2.13	0.22	13.78	65.8	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	808	26.56	22.99	117.07	784.49	

Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		20	66	493 СБР 2013
	Итого:	260	4.3	8.28	53.48	291.6	

Полдник с 7 до 11 лет

	Булочка с маком	50	4.03	1.47	27	137.2	772 СБР 2004
	Ряженка	200	6	12	8.2	169	698 СБР 2004
	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
	Итого:	350	10.93	13.67	43.3	349.2	

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Ведомость контроля за рационом питания

с 10/2/2023 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	25	25	20	30	20	15	20	15	20	25	215	21.5	-58.65384615
Хлеб пшеничный	97	99	115	125	105	99	101	114	105	101	89	1053	105.3	8.556701031
Мука пшеничная	10	47	66	65	61	84	43	65	50	72	12	565	56.5	465
Крупы, бобовые	30	120	50	85	65	41	104	136	72	30.5	163	866.5	86.65	188.8333333
Макаронные изделия	10		54		8	55	10		55			182	18.2	82
Картофель	121	38	30	230	60	30	74	50	50	150	155	867	86.7	-28.34710744
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-поре, зелень.	182	95	140	52	110	130	54	140	100	165	82	1068	106.8	-41.31868132
Фрукты свежие	120	220	190		120	12	50	135	200	120		1047	104.7	-12.75
Сухофрукты	10		6	28		25	18		9	20		106	10.6	6
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	130	180			200				200	200		780	78	-40
Мясо I категории	45.5		63	32	72	44	38	59	72	44	48.5	472.5	47.25	3.846153846
Субпродукты (печень, язык, сердце)	20											0	0	-100
Филе грудки	23	73	68	74	65	87		87	58	55	76	643	64.3	179.5652174
Рыба-филе, в т.ч. филе слабо или малосоленое	38											0	0	-100
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	195	93.5		239			153.5					486	48.6	-75.07692308
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%,3,2 %)	97		200			200	190	200			200	990	99	2.06185567
Творог (массовая доля жира не более 9%)	32.5											0	0	-100
Сыр	6.5	15					18					33	3.3	-49.23076923
Сметана(массовая доля жира не более 15%)	6.5	9	11.3			4.2	1	14.2			12.5	52.2	5.22	-19.69230769
Масло сливочное	19.5	18.8	5	14	7	7.2	18.5		5.5	7	8	91	9.1	-53.33333333
Масло растительное	10	17.5	30.4	24.6	35.3	26.6	14.2	32.8	32	40	25.8	279.2	27.92	179.2
Яйцо диетическое	26	43	21	16.2		4.5	6	2	6.3	11	8.8	118.8	11.88	-54.30769231
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	46.7	44.3	53.4	37.5	38.5	80.7	45.4	42.4	41.6	35.9	466.4	46.64	139.1794872
Кондитерские изделия	6.5	15					30					45	4.5	-30.76923077
Чай	0.65	0.5	0.5	1	1	1	1	1	1	0.5	1	8.5	0.85	30.76923077
Какао (кофейный напиток)	0.65											0	0	-100
Дрожжи хлебопекарные	0.13	0.7	0.6	0.5	0.8	0.5	0.6	0.6	0.7	0.9	0.6	6.5	0.65	400
Соль	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	2	0

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 количес тву (+\ -)
-1627.8

Список используемой литературы

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

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

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

СБР 2013 - Сборник технологических нормативов, рецептов 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

ЮД И

ИХСЯ ВО
011 Г.

ур блюд

IX

і

Х

