

Согласовано:

Директор

МОАУ СОШ № _____

'__04__' _____ ноября _____ 2024

Утверждаю:

Директор

ООО "КШП "Валентина"

Пискунова В.М. _____

____ 4 _____ ноября _____ 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							
	Печенье	34	2.55	3.332	25.296	141.78	590 СБР 2013
	Сыр (порциями)	13	3	3.8		46.8	15 СБР 2011
	Каша "Дружба"	210	5.26	11.67	10	226.2	260 СБР 2013
	Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88	465 СБР 2021
	Хлеб пшеничный в/с	44	3.34	0.35	21.65	103.4	108 СБР 2013
	Итого:	501	16.95	21.652	70.546	606.18	

Завтрак ОВЗ

	Печенье	34	2.55	3.332	25.296	141.78	590 СБР 2013
	Сыр (порциями)	13	3	3.8		46.8	15 СБР 2011
	Каша "Дружба"	210	5.26	11.67	10	226.2	260 СБР 2013
	Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88	465 СБР 2021
	Хлеб пшеничный в/с	44	3.34	0.35	21.65	103.4	108 СБР 2013
	Итого:	501	16.95	21.652	70.546	606.18	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	180	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	Итого:	230	3.281	1.4	47.5	199.2	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из моркови	70	0.77	7.07	6.37	92.4	7 СБР 2013
	Борщ Сибирский	250	3.9	4.3	16	118	111 СБР 2004
	Сметана	7	0.175	1.05	0.25	11.37	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	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:	787	24.405	25.84	108.73	730.67	

Обед ОВЗ

	Салат из моркови	70	0.77	7.07	6.37	92.4	7 СБР 2013
--	------------------	----	------	------	------	------	------------

	Борщ Сибирский	250	3.9	4.3	16	118	111 СБР 2004
	Сметана	7	0.175	1.05	0.25	11.37	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	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:	787	24.405	25.84	108.73	730.67	

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	50	5	3.25	41.2	214	573 СБР 2013
	Молоко кипяченое	180	5.2	4.5	8.64	95.4	515 СБР 2013
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	112 СБР 2013
	Итого:	330	10.6	8.15	59.64	356.4	

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							
	Тефтели (1 вариант)	90	11.08	13.14	11.22	209.4	461в1СБР2004
	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	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Итого:	500	20.47	14.25	83.71	542.43	

Завтрак ОВЗ

	Тефтели (1 вариант)	90	11.08	13.14	11.22	209.4	461в1СБР2004
	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	40	3.04	0.32	19.68	94	108 СБР 2013
	Итого:	500	20.47	14.25	83.71	542.43	

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 свеклы с яблоками	60	0.72	3.24	6.78	59.4	60 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	200	1.7	4.08	11.64	90	154 СБР 2013
	Рагу из птицы	195	15.18	15.84	17.49	272.8	407 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	725	23.27	23.82	113	753.45	

Обед ОВЗ

	Салат из свеклы с яблоками	60	0.72	3.24	6.78	59.4	60 СБР 2013
	Суп крестьянский с крупой	200	1.7	4.08	11.64	90	154 СБР 2013
	Рагу из птицы	195	15.18	15.84	17.49	272.8	407 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004

	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.5	109 СБР 2013
	Итого:	725	23.27	23.82	113	753.45	

Обед ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	Итого:	250	3.081	1.1	42.5	190.2	

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							
	Биточки	80	14.25	14	11.4	228.8	381 СБР 2013
	Соус томатный	30	0.32	1.11	2	19.68	453 СБР 2013
	Пюре из гороха	160	15.58	1.54	30.9	186	417 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		10.1	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	30	2.28	0.24	14.76	70.5	108 СБР 2013
	Итого:	500	32.53	16.89	69.16	565.98	

Завтрак ОВЗ

	Биточки	80	14.25	14	11.4	228.8	381 СБР 2013
	Соус томатный	30	0.32	1.11	2	19.68	453 СБР 2013
	Пюре из гороха	160	15.58	1.54	30.9	186	417 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		10.1	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	30	2.28	0.24	14.76	70.5	108 СБР 2013
	Итого:	500	32.53	16.89	69.16	565.98	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	Итого:	260	4.381	8.28	46.98	277.8	

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
	Котлеты рубленные из птицы	90	13.5	9.6	8.35	173	294 СБР 2011
	Каша вязкая пшеничная	160	3.36	6.4	22.72	162.8	510 СБР 2004
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5		27	110	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	816	24.26	26.9	101.88	746.6	

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
	Котлеты рубленые из птицы	90	13.5	9.6	8.35	173	294 СБР 2011
	Каша вязкая пшеничная	160	3.36	6.4	22.72	162.8	510 СБР 2004
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5		27	110	508 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	816	24.26	26.9	101.88	746.6	

Обед 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	

Полдник с 7 до 11 лет

	Булочка "Веснушка"	60	4.69	3.69	34.2	189.9	559 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	6.59	4.09	42.5	324.9	

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							
	Куриные шарики в соусе	90	9.24	2.5	9.19	99	Т.Т.К. № 13
	Картофельное пюре	170	3.57	7.65	24.82	185.3	429 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Итого:	505	17.73	11.81	72.05	471.05	

Завтрак ОВЗ

	Куриные шарики в соусе	90	9.24	2.5	9.19	99	Т.Т.К. № 13
	Картофельное пюре	170	3.57	7.65	24.82	185.3	429 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Итого:	505	17.73	11.81	72.05	471.05	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Сдоба выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	200	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	Итого:	250	3.281	1.4	47.5	199.2	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат овощной с яблоками	60	0.72	0.12	4.38	21.6	28 СБР 2013
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.7	2.85	18.8	111	147 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Каша вязкая (гречневая)	170	5.1	7.68	25.33	193.8	510 СБР 2004
	Компот из свежих плодов или ягод	190	0.47	0.19	22.1	90.7	507 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	816	25.25	25.68	104.09	750.5	

Обед ОВЗ

	Салат овощной с яблоками	60	0.72	0.12	4.38	21.6	28 СБР 2013
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.7	2.85	18.8	111	147 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011

	Каша вязкая (гречневая)	170	5.1	7.68	25.33	193.8	510 СБР 2004
	Компот из свежих плодов или ягод	190	0.47	0.19	22.1	90.7	507 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в\с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
Итого:		816	25.25	25.68	104.09	750.5	

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							
	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95		35.8	15 СБР 2011
	Котлеты (особые)	75	10.17	11.98	7.58	178	269 СБР 2011
	Каша вязкая (ячневая)	180	3.78	7.2	25.56	183.6	510 СБР 2004
	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:	501	19.11	22.42	65.85	542	

Завтрак ОВЗ

	Сыр (порциями)	10	2.32	2.95		35.8	15 СБР 2011
	Котлеты (особые)	75	10.17	11.98	7.58	178	269 СБР 2011
	Каша вязкая (ячневая)	180	3.78	7.2	25.56	183.6	510 СБР 2004
	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:	501	19.11	22.42	65.85	542	

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 свеклы с изюмом или черносливом	60	0.58	6	9.77	97	52 СБР 2013
	Рассольник Ленинградский	200	1.64	4.2	13	97	134 СБР 2013
	Тефтели из птицы	90	14.51	3.76	9.28	133.32	Т.Т.К. № 10
	Макаронные изделия отварные с овощами	170	3.4	8.84	26	197.2	294 СБР 2013
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	190	1.33		27.55	115.9	503 СБР 2013
	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:	770	25.82	23.36	111.96	769.22	

Обед ОВЗ

	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	60	0.58	6	9.77	97	52 СБР 2013
--	--	----	------	---	------	----	-------------

	Рассольник Ленинградский	200	1.64	4.2	13	97	134 СБР 2013
	Тефтели из птицы	90	14.51	3.76	9.28	133.32	Т.Т.К. № 10
	Макаронные изделия отварные с овощами	170	3.4	8.84	26	197.2	294 СБР 2013
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	190	1.33		27.55	115.9	503 СБР 2013
	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:	770	25.82	23.36	111.96	769.22	

Обед ОВЗ дополнительно

	Ватрушки с повидлом	50	2.9	1.1	29	138	741 СБР 2004
	Чай с сахаром	200	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	Итого:	250	3.081	1.1	42.5	190.2	

Полдник с 7 до 11 лет

	Булочка с маком	50	4.03	1.47	27	137.2	772 СБР 2004
	Ряженка	180	5.4	10.8	7.38	152.1	698 СБР 2004
	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	43	112 СБР 2013
	Итого:	330	10.33	12.47	42.48	332.3	

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							
	Яйца вареные	40	5.1	4.6	0.3	63	300 СБР 2013
	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	40	1.2	4.2	20.4	124	96 СБР 2013
	Каша пшенная вязкая с сахаром	190	7.8	11.57	38.4	289	258 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	35	2.66	0.28	17.22	82.25	108 СБР 2013
	Итого:	505	18.26	21.95	92.22	639.25	

Завтрак ОВЗ

	Яйца вареные	40	5.1	4.6	0.3	63	300 СБР 2013
	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	40	1.2	4.2	20.4	124	96 СБР 2013
	Каша пшенная вязкая с сахаром	190	7.8	11.57	38.4	289	258 СБР 2013
	Чай с молоком	200	1.5	1.3	15.9	81	495 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	35	2.66	0.28	17.22	82.25	108 СБР 2013
	Итого:	505	18.26	21.95	92.22	639.25	

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
	Свекольник	200	1.7	3.56	9.6	77.6	131 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Пюре из гороха с маслом	155	14.64	1.56	29.04	212	418 СБР 2013
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0.5	0.2	23.1	96	507 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	758	34.13	26.19	99.33	792.95	

Обед ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты	60	1.26	6.06	5.58	81	1 СБР 2013
--	-------------------------------	----	------	------	------	----	------------

	Свекольник	200	1.7	3.56	9.6	77.6	131 СБР 2013
	Котлеты домашние	90	12.2	14.31	9.09	214	271 СБР 2011
	Пюре из гороха с маслом	155	14.64	1.56	29.04	212	418 СБР 2013
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0.5	0.2	23.1	96	507 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	758	34.13	26.19	99.33	792.95	

Обед ОВЗ дополнительно

	Сдоба Выборгская с повидлом	50	3.1	1.4	34	147	гост 50763-07
	Чай с сахаром	200	0.1		20	66	493 СБР 2013
	Итого:	250	3.2	1.4	54	213	

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
	Яблоко	130	0.52	0.52	12.74	61.1	112 СБР 2013
	Итого:	360	7.97	8.92	39.48	273	

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	60	0.66	6.06	6.36	82.8	2 СБР 2013
	Куручка 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	48	3.65	0.38	23.62	112.8	108 СБР 2013
	Итого:	508	18.51	19.4	73.88	510.7	

Завтрак ОВЗ

	Салат витаминный	60	0.66	6.06	6.36	82.8	2 СБР 2013
	Куручка 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	48	3.65	0.38	23.62	112.8	108 СБР 2013
	Итого:	508	18.51	19.4	73.88	510.7	

Завтрак ОВЗ дополнительно

	Булочка дорожная	60	4.2	8.28	33.48	225.6	565 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.181		13.5	52.2	493 СБР 2013
	Итого:	260	4.381	8.28	46.98	277.8	

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

	Салат из моркови с курагой	70	1.12	0.07	10.57	47.6	62 СБР 2013
	Борщ с фасолью и картофелем	250	3.9	5.4	16.7	131	129 СБР 2013
	Тефтели (1 вариант)	100	12	14.2	11.5	226.85	461в1СБР2004
	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3.9	15.1	27.2	259	142 СБР 2011
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0.3		20.1	81	512 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в\с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	853	25.05	35.27	108.99	857.8	

Обед ОВЗ

	Салат из моркови с курагой	70	1.12	0.07	10.57	47.6	62 СБР 2013
	Борщ с фасолью и картофелем	250	3.9	5.4	16.7	131	129 СБР 2013
	Тефтели (1 вариант)	100	12	14.2	11.5	226.85	461в1СБР2004

	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3.9	15.1	27.2	259	142 СБР 2011
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0.3		20.1	81	512 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в\с	33	2.51	0.26	16.24	77.55	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	853	25.05	35.27	108.99	857.8	

Обед 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	

Полдник с 7 до 11 лет

	Сдоба обыкновенная	50	4.29	2.33	29.4	156	570 СБР 2013
	Ряженка с сахаром	205	5.8	5	12.99	119.95	516 СБР 2013
	Яблоко	130	0.52	0.52	12.74	61.1	112 СБР 2013
	Итого:	385	10.61	7.85	55.13	337.05	

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
	Котлеты домашние	65	8.14	10.33	6.56	154.4	271 СБР 2011
	Капуста тушеная	180	6.66	6.48	21	113	423 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		10.1	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	38	2.89	0.3	18.7	89.3	108 СБР 2013
	Итого:	500	19.065	18.776	69.008	488.59	

Завтрак ОВЗ

	Печенье	17	1.275	1.666	12.648	70.89	590 СБР 2013
	Котлеты домашние	65	8.14	10.33	6.56	154.4	271 СБР 2011
	Капуста тушеная	180	6.66	6.48	21	113	423 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		10.1	61	494 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	38	2.89	0.3	18.7	89.3	108 СБР 2013
	Итого:	500	19.065	18.776	69.008	488.59	

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

	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками.	70	0.98	7.07	4.2	84	3 СБР 2013
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	147 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	105	7.56	3.99	10.43	109	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.55	7.85	37.08	253	237 СБР 2013
	Компот из апельсинов с яблоками	190	0.47	0.19	21.09	88.35	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	771	23.78	21.91	112.25	742.75	

Обед ОВЗ

	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками.	70	0.98	7.07	4.2	84	3 СБР 2013
--	--	----	------	------	-----	----	------------

	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.28	15.06	89	147 СБР 2013
	"Колобки" мясные с овощами с соусом	105	7.56	3.99	10.43	109	Т.Т.К. № 23
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.55	7.85	37.08	253	237 СБР 2013
	Компот из апельсинов с яблоками	190	0.47	0.19	21.09	88.35	510 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в/с	36	2.74	0.29	17.71	84.6	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	771	23.78	21.91	112.25	742.75	

Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка "Веснушка"	60	4.69	3.69	34.2	189.9	559 СБР 2013
	Чай с лимоном	200	0.1		10.1	61	494 СБР 2013
	Итого:	260	4.79	3.69	44.3	250.9	

Полдник с 7 до 11 лет

	Крендель сахарный	70	4.8	9.1	41.2	266	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:	370	6.7	9.5	49.5	401	

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 рубленые из птицы с овощами	80	8.43	8.4	8.22	136.8	Т.Т.К. № 7
	Макаронные изделия отварные	160	6	0.7	30.9	154.67	291 СБР 2013
	Чай с вареньем	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в\с	60	4.56	0.48	29.52	141	108 СБР 2013
	Итого:	500	19.09	9.58	83.64	492.47	

Завтрак ОВЗ

	Котлеты рубленые из птицы с овощами	80	8.43	8.4	8.22	136.8	Т.Т.К. № 7
	Макаронные изделия отварные	160	6	0.7	30.9	154.67	291 СБР 2013
	Чай с вареньем	200	0.1		15	60	493 СБР 2013
	Хлеб пшеничный в\с	60	4.56	0.48	29.52	141	108 СБР 2013
	Итого:	500	19.09	9.58	83.64	492.47	

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 сыром	60	1.68	7.26	4.26	89	55 СБР 2013
	Борщ с капустой и картофелем	250	1.8	5	10.65	95	128 СБР 2013
	Рагу из птицы	175	13.8	14.4	15.9	248	407 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в\с	35	2.66	0.28	17.22	82.25	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	740	21.86	27.18	101.31	731.05	

Обед ОВЗ

	Салат из свеклы с сыром	60	1.68	7.26	4.26	89	55 СБР 2013
	Борщ с капустой и картофелем	250	1.8	5	10.65	95	128 СБР 2013
	Рагу из птицы	175	13.8	14.4	15.9	248	407 СБР 2013
	Компот из свежего яблока	200	0.6		46.6	182	631 СБР 2004

	Хлеб пшеничный в/с	35	2.66	0.28	17.22	82.25	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	740	21.86	27.18	101.31	731.05	

Обед ОВЗ дополнительно

	Булочка домашняя	60	4.5	7.8	36.2	233	564 СБР 2013
	Чай с сахаром	200	0.1		21	66	493 СБР 2013
	Итого:	260	4.6	7.8	57.2	299	

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							
	Гуляш (из свинины)	100	7.2	21.44	3.2	235.12	401 СБР 1996
	Каша вязкая (гречневая)	200	6	9	29.8	228	510 СБР 2004
	Фруктовый чай	200			19.63	73.45	Т.Т.К. № 4
	Хлеб пшеничный в\с	50	3.8	0.4	24.6	117.5	108 СБР 2013
	Итого:	550	17	30.84	77.23	654.07	

Завтрак ОВЗ

	Гуляш (из свинины)	100	7.2	21.44	3.2	235.12	401 СБР 1996
	Каша вязкая (гречневая)	200	6	9	29.8	228	510 СБР 2004
	Фруктовый чай	200			19.63	73.45	Т.Т.К. № 4
	Хлеб пшеничный в\с	50	3.8	0.4	24.6	117.5	108 СБР 2013
	Итого:	550	17	30.84	77.23	654.07	

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

	Винегрет овощной (без лука)	60	0.78	6.48	4.08	78	76 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми	200	4.96	4.48	17.84	133.6	139 СБР 2004
	Плов из птицы	200	14	12.86	28.69	254.1	492 СБР 2004
	Компот из кураги	190	1.14		29.5	119.7	638 СБР 2004
	Хлеб пшеничный в\с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	715	25.62	24.42	108.93	725.95	

Обед ОВЗ

	Винегрет овощной (без лука)	60	0.78	6.48	4.08	78	76 СБР 2013
	Суп картофельный с бобовыми	200	4.96	4.48	17.84	133.6	139 СБР 2004
	Плов из птицы	200	14	12.86	28.69	254.1	492 СБР 2004
	Компот из кураги	190	1.14		29.5	119.7	638 СБР 2004

	Хлеб пшеничный в/с	45	3.42	0.36	22.14	105.75	108 СБР 2013
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	109 СБР 2013
	Итого:	715	25.62	24.42	108.93	725.95	

Обед 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	

Полдник с 7 до 11 лет

	Булочка с маком	60	4.84	1.76	32.4	165	772 СБР 2004
	Ряженка с сахаром	205	5.8	5	12.99	119.95	516 СБР 2013
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	112 СБР 2013
	Итого:	365	11.04	7.16	55.19	331.95	

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 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 Ос "Уральский региональный центр питания".

ї для
ПЬНЫХ

ПОД И

ихся
Г 2011

ур

петних,
ЮО

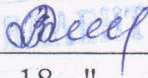
Согласованно:
Директор
МОАУ СОШ №



" 18 " ноября

2024

Утверждаю:
Директор ООО "КШП
"Валентина"

 В.М.Пискунова
" 18 " ноября 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