

Согласовано:

директор

МБОУ Российская СШ
И. В. Тюнина



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с 1 по 4 класс (7-11 лет) ОВЗ (завтрак+ полдник)
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно- исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:Дели плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2
Масса порций для детей в зависимости от взраста (в граммах), к СанПиН 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9
В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.
В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:
директор *МБОУ Республика Беларусь*
И.В. Зашкина



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 1/неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром	200	5,55	9,74	38,5	264,55	181/2017м	30
Сыр порция	10	2,63	2,66	0,00	36,00	15/2017м	18
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00	338/2017м	20
Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,90	9,30	87,50	54-23гн/2022н	16
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Итого за завтрак	540	14,69	17,42	73,82	514,85		87,36

Полдник

Макароны отварные с сыром	150	7,90	6,80	28,60	207,70	54-3г/2022н	20,64
Сок Фруктовый	150	0,75	0	18,46	76,84	289/2017м	12
Итого за Полдник	300	8,65	6,80	47,06	284,54		32,64
Всего за Понедельник	840	23,34	24,22	120,88	799,39		120

Согласовано:

директор *МБОУ Ровенская СШ*
И.В. Золотор



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Свекла отварная с маслом томатным основным I00/20	60	3,6	0,88	4,96	55,68	52/2017м	20
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	120	6,58	9,96	9,68	137,86	54-3сс/2022н	37
Хлеб пшеничный	150	8,95	4,3	36	241,75	171/2017м	15
Чай каркаде	20	0,48	1,54	10,68	53,20	701/2010м	3,36
Итого за завтрак	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	12
Итого за завтрак	550	19,77	16,76	68,50	518,57		87,36

Полдник

Каша молочная жидкая пшеница, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,90	203,60	182/2017м	22
Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,60	54-3гн/2022н	8
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	701/2010м	2,64
Итого за Полдник	350	6,02	5,19	30,49	282,96		32,64
Всего за Вторник	900	25,79	21,95	98,99	801,53		120

Согласовано:

директор

Ирина Владимировна



Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Овощи натуральные по сезону (огурец)	60	0,48	0,12	1,5	8,52	70/71/2017м	20
Фрикадельки натуральные из п.ф	100	12,06	13,90	0,90	176,94	ТТК77-7	39
Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	701/2010м	3,36
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54/2гн/2022н	10
Итого за завтрак	540	20,45	19,64	61,60	504,38		87,36

Полдник

Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,20	36,80	242,00	401/2014	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	9,18	9,20	46,14	280,10		32,64
Всего за Среду	890	29,63	28,84	107,74	784,48		120

Согласовано:

директор МБДУ Югоосинская СМ
М. В. Уголкина

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
«Бизнес Консалтинг» /Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		
Завтрак							
Овощи натуральные по сезону (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	70/71/2017м	20
Плов из птицы	200	15,54	14,46	31,20	317,10	291/2017м	52
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	12
Итого за завтрак	500	19,62	15,56	65,44	487,82		87,36
Полдник							
Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,90	68,25	391,42	192/2017м	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	350	5,26	10,90	77,59	429,52		32,64
Всего за Четверг	850	24,88	26,46	143,03	917,34		120

Согласовано:

директор *Ирина Александровна Селиванова*
И.А. Селиванова

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Короткошко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реп.	цена рубли
		Б	Ж	У			

День 5 /неделя 2: Пятница 7-11 лет 7-11 лет 7-11 лет 7-11 лет 7-11 лет

Завтрак

Каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	200	8,30	6,47	37,62	241,90	182/2017м	33
Масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	14/2017м	15
Какао с молоком	200	4,07	2,50	17,56	109,00	382/2017м	16
Хлеб пшеничный	40	1,00	1,00	21,36	114,40	701/2010м	3,36
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0	10,00	47,00	338/2017м	20
Итого за завтрак	550	14,57	17,22	86,67	578,30		87,36
Итого за неделю в среднем завтрак	536,00	17,82	17,32	71,21	520,78		

Полдник

Макаронны отварные с сахаром	150	5,00	3,80	49,10	250,06	ТТК 77-13 /2022	25,64
Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1	54-2гн/2022н	7
Итого за Полдник	330	5,18	3,80	58,44	288,16		32,64
Всего за Пятницу	880	19,75	21,02	145,11	866,46		120
Итого за неделю в среднем Полдник	336,00	6,86	7,18	51,94	313,06		

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
<i>Среднее значение за завтрак</i>		18,13	17,32	71,51	519,75
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		23,54	21,93	21,35	22,12
Норма Полдника по СанПин 10%- 15% ± 5%	300	7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,25	235-352,5
<i>Среднее значение за Полдник</i>		6,85	7,19	51,66	311,97
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		8,90	9,09	15,42	13,28
<i>Среднее значение за день</i>		24,98	24,51	123,17	831,71
<i>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</i>		32,44	31,02	36,77	35,39
<i>Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020</i>		77,00	79,00	335,00	2350,00
Распределение ЭЦ				Норма	
			Завтрак	22,12	20-25%
			Полдник	13,28	10-15%

учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.