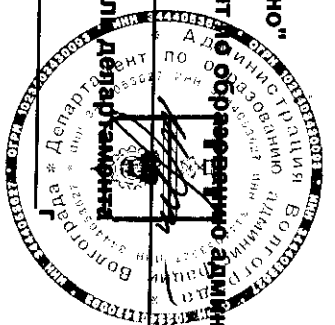


"Разработано"

Департамент образования администрации Волгограда

Руководитель департамента

И.А. Радченко

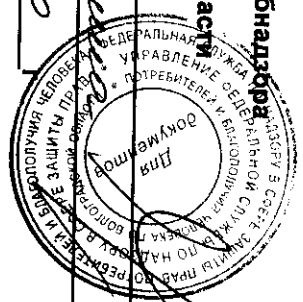


"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области

И. П. Кувшинов

28.08.2020



**12-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕСПЛАТНЫМ ДВУХРАЗОВЫМ ПИТАНИЕМ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ**

Возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

2 смена

12-ти дневное меню для обеспечения полноценным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Боллогарад

1 день

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур-типы	Срок годности
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, салат отарман)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8			
Сыр карповский с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	0,1	3,7	0,2	1,9	30,1	26,9	63,4	1,6	102	2011	
Коричка рубленая на масле №294	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	0,1	0,5	0,0	2,6	17,2	22,3	124,0	1,5	294	2011	
Макаронные изделия отарман с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,1	0,0	0,1	1,0	16,0	20,5	54,6	1,2	203	2011	
Компот на основе сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за первый завтрак:		29,3	28,4	119,6	846,4	0,5	6,7	0,3	7,1	106,2	101,0	320,2	7,0			
Полдник																
Сосиска, замороженая в тесте №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004	
Итого за первый обед:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0			
Всего:		40,0	45,8	166,0	1200,2	0,7	7,8	0,5	8,3	149,4	122,7	447,5	9,0			

2 день

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептур-типы	Срок годности
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, салат отарман)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8			
Шир на основе капусты с картошкой №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	0,0	10,0	0,2	1,8	34,4	17,7	34,9	0,6	88	2011	
Копченая рыба (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	0,1	0,0	3,3	48,1	40,2	165,9	1,2	388	2004	
Пюре картофельное №128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	0,2	10,2	0,0	0,2	39,1	29,2	85,5	1,1	128	2011	
Кисель на компоте №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за первый завтрак:		21,8	19,6	112,0	711,7	0,5	22,8	0,2	6,9	167,6	118,5	368,8	5,5			
Полдник																
Пирожок печеный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004	
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004	
Итого за первый обед:		8,9	4,4	68,3	353,3	0,1	2,9	0,0	0,8	86,3	34,2	135,9	1,7			
Всего:		30,7	24,0	180,3	1065,0	0,6	25,7	0,2	7,7	253,9	152,7	504,7	7,2			

Мас

12-17 дневное меню для обеспечения сбалансированным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгодар

3 дня

Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур Р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Обед																	
Овощи по сезону (отруби свежих, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Борщи с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	0,0	7,1	0,2	1,9	34,6	20,6	38,9	0,9	82	2011		
Рыбу по котлетам №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8	0,2	7,6	0,3	2,9	22,6	32,7	135,7	1,5	289	2011		
Компот из свежих плодов (брюль) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1				
Итого за прием пищи:	20,7	19,7	91,3	623,3	0,4	18,0	0,5	6,5	104,8	87,5	256,8	5,9					
Полдник																	
Пирожок печеный с начинкой №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011		
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011		
Итого за прием пищи:	6,6	4,8	66,4	351,0	0,1	82,2	0,0	1,7	47,4	21,4	62,6	1,4					
Итого за прием пищи:	27,3	24,5	157,7	974,3	0,5	101,0	0,5	8,2	152,2	108,9	319,4	7,3					

4 дня

Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур Р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Обед																	
Овощи по сезону (отруби свежих, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	0,0	6,8	0,2	0,0	25,6	17,1	38,6	0,7	135	2004		
Чайкобаны №491	80	9,6	10,6	5,3	155,5	0,0	4,6	0,0	0,3	33,9	19,1	99,4	1,2	491	2004		
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	0,0	0,1	0,3	8,6	24,5	75,3	0,5	304	2011		
Компот из свежих сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1				
Итого за прием пищи:	21,1	19,9	112,0	706,4	0,2	13,9	0,3	2,2	111,0	92,0	291,5	5,1					
Полдник																	
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,9	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011		
Чай с сахаром варенье №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004		
Итого за прием пищи:	5,1	8,1	64,2	353,4	0,1	1,1	0,3	0,7	32,4	12,1	47,6	1,1					
Итого за прием пищи:	26,2	28,0	176,2	1061,3	0,3	15,0	0,6	2,9	143,4	104,1	339,1	6,2					

Handwritten signature

12-17 ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕСПЛАТНЫМ ПУТЯМ ИЛИ ДОУЗРОВОМ ВСТУПЛЕНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, ДЕТЕЙ - ИНВАЛИДОВ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 7-11 ЛЕТ МОУ Волгодвора

5 дней

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	Fe, мг		
Овощи по сезону (отруби свежей, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свежая отарава)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Шле из свежей капусты с картофелем, №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	0,0	10,0	0,2	1,8	34,4	17,7	34,9	0,6	88	2011		
Лисов из пшеницы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	0,1	2,0	0,2	3,9	19,7	33,8	158,8	1,5	492	2004		
Каша из хлопчатника №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1				
Итого за пример пищи:		23,1	23,9	105,0	727,8	0,3	14,9	0,4	7,3	100,1	82,9	276,2	4,7				
Подпись																	
Пирожок пшеничный с картошкой №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004		
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011		
Итого за пример пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5				
Всего:		30,2	27,1	174,8	1070,2	0,4	17,3	0,4	8,1	144,3	108,6	373,9	6,2				

6 дней

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	К, мг	Na, мг	Fe, мг		
Овощи по сезону (отруби свежей, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, свежая отарава)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8				
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	0,1	3,7	0,2	1,9	30,1	26,9	63,4	1,6	102	2011		
Помидоры с огурцами №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	0,1	8,7	0,9	7,3	40,1	49,4	183,2	2,7	278К	2016		
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011		
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7				
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4				
Итого за пример пищи:		27,9	31,9	99,3	804,5	0,4	94,9	1,1	11,8	128,3	112,4	335,7	7,7				
Подпись																	
Пирожок пшеничный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011		
Компот из апельсинов №636	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004		
Итого за пример пищи:		6,4	4,6	79,2	389,9	0,1	14,2	0,0	1,0	49,3	23,6	69,9	1,2				
Всего:		34,3	36,5	178,5	1194,4	0,5	109,1	1,1	12,8	174,6	136,0	405,6	8,9				

Handwritten signature

12-14 дневное меню для обеспечения биологическими активными веществами детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ ДО "Солнышко"

7 дека

Продукты питания, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед																			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, свежа отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8						
Орн картофеля с майонезом картофель №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	0,1	5,3	0,2	1,1	19,8	20,8	48,3	0,9	103	2011				
Пюре картофельное №307К	80	9,8	7,6	11,2	133,3	0,0	0,0	0,0	0,3	7,1	14,6	91,8	1,1	307	2016				
Пюре картофельное №128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	0,2	10,2	0,0	0,2	39,1	29,2	85,5	1,1	128	2011				
Компот на свежих плодах (блины) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,5	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1						
Итого за первый завтрак:		21,6	18,3	115,9	713,1	0,5	19,6	0,2	3,3	113,6	96,8	307,8	6,6						
Полдник																			
Сосиска, запаренная в воде №747	100	10,5	17,4	31,4	293,3	0,2	0,0	0,0	1,2	29,6	17,1	125,9	1,6	747	2004				
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004				
Итого за первый обед:		10,7	17,4	46,4	353,8	0,2	1,1	0,2	1,2	43,2	21,7	127,3	2,0						
Всего:		32,3	35,7	162,3	1066,9	0,7	20,7	0,4	4,5	156,8	120,5	435,1	8,6						

8 дека

Продукты питания, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Ca, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед																			
Овощи по сезону (отурец салат, помидор салат, капуста квашеная, отурец салат, помидор салат, свежа отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8						
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	0,0	7,1	0,2	1,9	34,6	20,6	38,9	0,9	82	2011				
Пюре, тушеная в соусе с овощами №488	150	12,7	16,9	10,8	246,9	0,2	4,7	0,2	2,6	24,3	26,9	127,5	1,3	488	2004				
Компот на свежих сухофруктах №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	1,8	0,0	0,1	349	2011				
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7						
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4						
Итого за первый обед:		21,1	21,9	84,3	616,9	0,4	14,3	0,4	6,3	103,4	80,5	252,4	5,2						
Полдник																			
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004				
Компот на ягодах №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011				
Итого за первый ужин:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5						
Всего:		28,2	25,1	154,1	959,3	0,5	17,1	0,4	7,1	147,6	106,2	350,1	6,7						

Handwritten signature

12-ти дневное меню для обеспечения белковыми, углеводными питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Болотград

9 янв.

Превес пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ пекар-печенья	Скоринка
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Тип		
Обед																
Овощи по сезону (отруби свежей, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, салат отарный)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8			
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	0,1	3,7	0,2	1,9	30,1	26,9	63,4	1,6	102	2011	
Котлета рыбные из рыбы №294	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	0,1	0,5	0,0	2,6	17,2	22,3	124,0	1,5	294	2011	
Каша изюмная рассыпчатая №302	150	6,2	4,2	38,6	217,2	0,2	0,0	0,0	1,1	29,4	32,5	146,0	2,4	302	2011	
Каша из компотника №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	0,0	0,0	0,0	11,7	1,9	4,3	0,0	648	2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за прием пищи:		30,1	26,9	136,2	906,3	0,6	6,7	0,2	7,2	122,7	113,1	415,9	8,1			
Полдник																
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011	
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,0	0,1	0,0	0,0	65,1	17,9	61,4	0,7	692	2004	
Итого за прием пищи:		7,2	9,4	75,1	415,5	0,1	0,1	0,1	0,7	83,9	25,4	107,6	1,4			
Всего:		37,3	36,3	211,3	1321,8	0,7	6,8	0,3	7,9	206,6	138,5	523,5	9,5			

10 янв.

Превес пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ пекар-печенья	Скоринка
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	Тип		
Обед																
Овощи по сезону (отруби свежей, помидор свежий, капуста квашеная, отруби соевый, помидор соевый, салат отарный)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8			
Щи из свежей капусты с маргарином №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	0,0	10,0	0,2	1,8	34,4	17,7	34,9	0,6	88	2011	
Рыб из рыбы №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8	0,2	7,6	0,3	2,9	22,6	32,7	135,7	1,5	289	2011	
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	0,0	1,6	0,0	0,1	13,3	4,7	4,0	0,9	342	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7			
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1			
Итого за прием пищи:		20,6	19,7	88,3	611,0	0,4	21,7	0,5	6,4	104,6	84,6	252,8	5,6			
Полдник																
Пирожок печеный с начинкой №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	0,1	2,2	0,0	0,9	28,2	16,5	59,5	0,9	406	2011	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	0,0	1,1	0,2	0,0	13,6	4,6	1,4	0,4	685	2004	
Итого за прием пищи:		6,1	4,5	61,2	313,4	0,1	3,3	0,2	0,9	41,8	21,1	60,9	1,3			
Всего:		26,7	24,2	149,5	924,4	0,5	25,0	0,7	7,3	146,4	105,7	313,7	6,9			

1. 1. 2011

12-е дневное меню для обеспечения безопасности жизнедеятельности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгодонск

11 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8		
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	0,0	7,1	0,2	1,9	34,6	20,6	38,9	0,9	82	2011
Шницель из говядины №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	0,1	2,0	0,2	3,9	19,7	33,8	158,8	1,5	492	2004
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	0,0	80,0	0,0	0,8	19,2	4,9	3,1	0,5	388	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,1	0,0	0,0	0,7	4,9	5,1	23,5	1,1		
Итого за прием пищи:		23,8	24,2	97,5	711,7	0,3	91,6	0,4	8,2	107,8	88,8	279,0	5,5		
Полдник															
Пирожок печеный с картофелем №78	100	6,6	3,1	42,4	229,8	0,1	2,8	0,0	0,8	21,2	16,3	74,5	1,0	738	2004
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	9,4	23,2	0,5	348	2011
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	0,1	2,8	0,0	0,8	44,2	25,7	97,7	1,5		
Всего:		30,9	27,4	167,3	1054,1	0,4	94,4	0,4	9,0	152,0	114,5	376,7	7,0		

12 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	0,0	2,5	0,0	0,1	21,1	12,5	24,5	0,8		
Суп картофельный с мясными котлетками №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	0,1	5,3	0,2	1,1	19,8	20,8	48,3	0,9	103	2011
Зеленый салат рубленый №237	80,5	9,5	14,5	11,6	215,5	0,0	0,7	0,0	4,8	32,2	33,5	142,8	1,2	237	2011
Рис отваренный с томатом №513	150	4,0	4,0	39,4	210,8	0,0	1,6	0,0	0,3	13,2	28,9	78,3	0,7	513	2004
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	0,0	0,0	0,8	9,4	23,2	0,5	348	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,1	0,0	0,0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7		
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,1	0,0	0,0	0,9	6,5	6,8	31,3	1,4		
Итого за прием пищи:		23,1	21,8	138,2	841,0	0,3	10,1	0,2	8,0	124,1	123,8	378,6	6,2		
Полдник															
Коржик молочный №456	75	4,9	8,1	49,2	292,0	0,1	0,0	0,1	0,7	18,8	7,5	46,2	0,7	456	2011
Компот из яблок №348	200	0,5	0,1	33,0	137,0	0,0	12,0	0,0	0,1	21,1	7,1	10,4	0,3	636	2004
Итого за прием пищи:		5,4	8,2	82,2	429,0	0,1	12,0	0,1	0,8	39,9	14,6	56,6	1,0		
Всего:		28,5	30,0	220,4	1270,0	0,4	22,1	0,3	8,8	164,0	138,4	435,2	7,2		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					№ рецептур	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Итого за весь период	372,6	364,6	2 098,4	13 161,9	2,4	242,8	3,8	55,6	1 065,9	888,4	2 927,5	54,2		
Среднее значение за период	31	30,4	174,9	1 096,8	0,2	24,3	0,4	5,6	106,6	88,8	292,8	5,4		

Сборные рецептуры на продукты для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотыльникова и В.А. Гусельникова. - М.: Делта плюс, 2011. - 544с.

Сборные рецептуры и кулинарные технологии для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Дампиной. - М.: Хлебодаринформ, 2004. - 640с.

Сборные рецептуры блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГОУ НИИД Минздрава России. НИИ ГИОЗ/ИИЛ / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучака - М.: Издательский центр «Гарда» 2016. - 560 с.

Handwritten signature