



Согласовано:
Директор МБОУ СШ 2
Науценко Е.С.



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню на горячее питание
для учащихся с ограниченными возможностями здоровья с 1 по 4 класс (7-11 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ**

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

Сборник рецептов 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 обитания".

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 возраста (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; изделия из морской рыбы. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Согласовано:
 Директор МБОУ СШ 2
 Науменко Е.С.
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет

День 1

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	295,45	31,00
399/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	25,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	5,4
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15
	Итого за завтрак	600	13,16	14,46	98,4	580,19	96,40
Полдник							
54-3г/2022н	макароны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,7	17,60
389/2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	18,46	76,84	13,00
	Итого за полдник	300	8,65	6,8	47,06	284,54	30,60
	Итого за день	900	21,81	21,26	145,46	864,73	127,00




Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
День 2

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	6	ккал	7	
1	2	3	4	5	6	7			
завтрак									
101/2004л	консервы закусочные овощные (икра кабачковая)	60	0,976	0,96	6,16	62,4	20		
ТТК 77-3/2022 /331/2017м	котлеты домашние с соусом	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62	40		
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,73	6,07	31,98	205,50	15		
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	5,4		
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16		
	Итого	560,0	18,94	22,00	73,91	594,94	96,4		
Полдник									
183/2017м	каша молочная гречневая	150	6,75	7,05	25	183,8	11,60		
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3		
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16,00		
	Итого	380	9,36	7,77	51,6	307,12	30,60		
	Итого за день	940,0	28,3	29,8	125,5	902,1	127,00		



Директор ООО Бизнес Консалтинг

 /Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
 День 3

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,41	20
77-6/331/2022	котлета мясикапустная	100	9,30	6,10	5,90	116,00	39
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая	150	7,3	6,3	36	229,9	15
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,4
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16
	Итого	560,0	21,8	16,6	84,3	573,8	96,4
Полдник							
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	160	4,04	6,48	56	295,38	14,60
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16
	Итого	360	5,64	7,58	68,58	362	30,60
	Итого за день	920,0	27,4	24,2	152,8	935,8	127,0



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.



Согласовано:
Директор МБОУ СПШ 2
Науменко Е.С.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
День 4

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	6	ккал	7	
1	2	3	4	5	6	7			
завтрак									
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец)	60	0,48	0,06	1,14		7,20		20
77-1/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100	6,73	8,02	5,04		115,30		40
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	4,60	10,00	39,67		267,08		16
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02		79,80		5,4
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38		42,32		15
	Итого	560	14,32	18,80	72,25		511,70		96,4
Полдник									
182/017м	каша молочная пшеничная	150	4,22	4,99	12,9		203,6		11,60
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02		79,80		3
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95		100,6		16,00
	Итого	380	9,7	8,39	44,87		384		30,60
	Итого за день	940	24,02	27,19	117,12		895,7		127



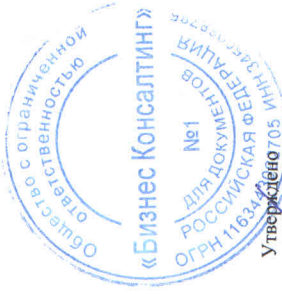
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
/Кортоножко Е.Ю.



Согласовано:
Директор МБОУ СШ 2
Науменко Е.С.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
День 5

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	6	ккал	7	
1	2	3	4	5	6	7			
завтрак									
182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	8,64	6,39	38,70		246,87		40
15/2017м	сыр порциями	10	2,30	2,90	0,00		35,87		14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80		47,00		20
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70		133,00		6,4
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67		101,72		16
	Итого	560,0	19,9	14,5	87,9		564,5		96,4
Полдник									
182/2017м	каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5		144,5		11,60
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02		79,80		3
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58		66,62		16
	Итого	380	10,01	7,42	47,1		290,92		30,60
	Итого за день	940,0	29,9	21,9	135,0		855,4		127,0



Утверждено 705
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
 День 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
70/71/2017м	овощи по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2		20
ТТК 77-2/2022	-биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87		41
332/2017м	макароны отварные с маслом	150,0	5,73	6,07	31,98	205,50		15
204/2017м	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32		15
54-2гн/2022н	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80		5,4
701/2010м	Итого	560,0	20,18	19,46	67,24	525,69		96,4
Полдник								
183/2017м	каша молочная гречневая	150	6,75	7,05	25	183,8		11,60
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80		3
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52		16,00
	Итого	380	9,36	7,77	51,6	307,12		30,60
	Итого за день	940,0	29,5	27,2	118,8	832,8		127,0



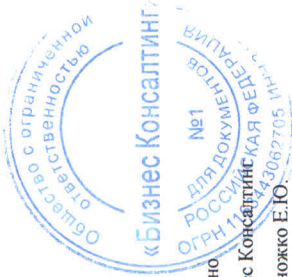
Согласовано:
 Директор МБОУ СШ 2
 Науменко Е.С.



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
 День 7

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	6,55	9,74	37,50	264,55	30
209/2017м	яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	25
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	5,4
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	16
	Итого	570	14,64	15,46	74,18	497,87	96,40
Полдник							
182/2017м	каша молочная пшеничная	150	4,22	4,99	12,9	203,6	11,60
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	3
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	16,00
	Итого	380	9,7	8,39	44,87	384	30,60
	Итого за день	950	24,34	23,85	119,05	881,87	127,00



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
 День 8

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	20
77-4/330/2017м	котлеты печеночные с соусом сметанным	120	10,83	12,32	7,07	182,48	40
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	3	1,32	28,44	137,64	16
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	5,4
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	15
	Итого	560	17,18	17,96	66,87	497,92	96,40
Полдник							
54-3г/2022н	макароны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,7	17,60
389/2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	18,46	76,84	13,00
	Итого	300	8,65	6,8	47,06	284,54	30,60
	Итого за день	860	25,83	24,76	113,93	782,46	127



Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.



Согласовано:
Директор МБОУ СШ 2
/Науменко Е.С.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет

День 9

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		Цена руб.
			Б	Ж	У	ккал		
1	2	3	4	5	6	7		
завтрак								
120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	250	5,47	4,75	17,95	150,00	40	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	20	
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	14	
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,4	
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	16	
	Итого	610,0	15,2	17,2	67,3	497,7	96,4	
Полдник								
192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	160	4,04	6,48	56	295,38	14,60	
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	16	
	Итого	360	5,64	7,58	68,58	362	30,60	
	Итого за день	970,0	20,8	24,8	135,8	859,7	127,00	



Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.



Согласовано:
Директор МБОУ СПШ 2
Науменко Е.С.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет
День 10

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
завтрак							
131/2017м	консервы закусочные овощные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	20
291/2017м	плов из птицы	200	16,89	9,86	34,09	302,66	54
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,94	100,6	16
701/2017	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	6,4
	Итого	510	25,26	13,92	84,65	574,78	96,4
Полдник							
424/2017м	булочка Домашняя	100	7,03	8,01	48,7	295	14,60
54-21гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	16
	итого	300	11,69	11,61	61,37	396,72	30,60
	Итого за день	810	37	26	146	972	127,00
	Всего за 10 дней	9 170,00	268,88	250,46	1 309,56	8 782,06	
	Средний суточный рацион	917	26,89	25,05	130,96	878,21	

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.
Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М.,