

СОГЛАСОВАНО:

И. о. начальника ТО Управления

Роспотребнадзора по СК

в Шпакловском районе
Учреждение Государственного
на Шпакловскому И. В. Евтеева
«30» _____ 2023г.



УТВЕРЖАЮ:

Генеральный директор

ООО «Северная Пальмира»

«_____» В. С. Цормутян
«Северная Пальмира» 2023г.



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ СОШ 2 с. Бешпагир

«30» _____ В. П. Ануфриев
_____ 2023г.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

для организации горячего питания

детей с ограниченными возможностями здоровья

Грачевского муниципального округа

«2023/2024 учебный год»

ОВЗ

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)							Витамины(мг)				
			Белки		Жиры		Углеводы	К	Са	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
			Белки	Жиры														
Первая неделя																		
1 ДЕНЬ (понедельник)																		
ЗАВТРАК																		
183/2017	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	300	10,25	14,8	54,0	387,8	311,5	225,6	67,3	281,0	33,6	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	1,7	
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0	0	
1/2017	Бутерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0	0	
	Итого	550	10,35	14,75	68,97	445,40	324,35	228,43	69,45	285,12	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,50	1,70	
ОБЕД																		
82/2017	Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	5,17	11,47	103,76	357,63	33,53	24,25	49,72	1,10	0,00	0,02	0,03	0,68	19,98		
235/2017	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	90/5	8,06	7,47	5,67	120,39	212,04	29,24	26,44	116,56	0,50	0,04	0,05	0,06	0,59	2,66		
134/2017	Картофель отварной	215	3,54	6,12	28,91	186,89	1036,03	17,73	40,79	102,85	1,60	0,00	0,00	0,00	1,98	35,47		
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	31,76	126,40	0,60	0,60	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24		
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0		
	Итого	800	15,39	24,16	87,77	589,84	1631,70	86,30	98,48	285,73	3,55	0,04	0,07	0,09	3,56	58,35		
	Всего за 1 день		22,87	35,25	124,99	862,26	1733,28	269,28	150,81	503,99	7,01	0,08	0,07	0,09	5,08	54,69		
2 ДЕНЬ(вторник)																		
ЗАВТРАК																		
173/2017	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	300	7,02	11,92	38,91	289,23	135,37	132,27	69,81	228,81	3,23	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18		
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0		
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0		
	Итого	550	7,12	11,92	53,88	346,88	148,22	135,07	72,01	232,93	3,63	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18		
ОБЕД																		
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	475,90	15,10	24,05	63,50	0,80	0,00	0,00	0,00	1,08	16,50		
288/2017	Птица отварная	90	14,50	1,17	0,36	69,91	181,64	5,35	52,96	105,74	0,87	42,95	0,04	0,04	6,57	1,25		
302/2017	Каша пшеничная рассыпчатая	220	9,84	6,55	43,93	269,23	133,96	19,15	66,75	155,27	4,07	0,00	0,00	0,00	0,90	0,00		
342/2017	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4		
г/п	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0		
	Итого	800	28,85	16,19	98,84	607,67	928,70	51,60	154,36	345,51	6,94	42,95	0,04	0,04	8,86	21,75		
	Всего за 2 день		35,97	28,11	152,72	954,55	1076,92	186,67	226,37	578,44	10,57	43,01	0,26	0,22	9,35	22,93		
3 ДЕНЬ (среда)																		
ЗАВТРАК																		
181/2017	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	300	6,4	4	37,8	210,9	188,7	135,2	42,2	173,6	2,4	0	0	0	1,2	1,2		

1/2017	Бутиерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,003	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
3/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Итого	550	12,3	12,875	67,775	434,2	260,3	302,9	55,5	206,42	3,32	0,1	0,048	0,0255	1,677	1,2
	ОБЕД															
10/2/2017	Суп картофельный с бобовыми	250	5,97	5,52	20,14	155,67	474,89	29,54	35,51	87,55	1,87	0,01	0,18	0,04	1,26	11,63
27/8/2017	Гарфтели с соусом красным основным	90/50	8,51	15,23	11,03	216,59	196,51	13,57	17,46	98,42	1,30	0,00	0,02	0,08	1,99	3,00
20/2/2017	Макаронные изделия отварные	200	5,3464	4,4035	35,616	206,903	64,459	10,346	8,319	45,377	0,623	0,0265	0	0	0	0
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Итого	830	21,47	30,55	91,72	689,21	774,11	61,46	70,49	252,07	4,51	0,04	0,20	0,12	3,56	14,63
	Всего за 3 день		31,21	43,43	159,49	1123,41	1034,41	364,36	125,99	458,49	7,83	0,14	0,25	0,15	5,24	15,83
	4 ДЕНЬ (четверг)															
	ЗАВТРАК															
4/17/2009	Макаронные отварные с овощами	300	7,10	8,61	47,57	300,80	84,62	12,29	1,92	59,37	0,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
3/2017	Бутиерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	7,20	8,61	62,54	358,45	97,47	15,09	4,12	63,49	1,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ОБЕД															
8/8/2017	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,91	5,15	10,22	96,41	400,92	30,81	22,53	49,07	0,38	0,00	0,00	0,00	0,66	28,95
29/1/2017	Плов из птицы	310	25,85	22,23	39,74	467,50	362,18	36,02	38,96	208,46	3,05	40,80	0,14	0,23	9,00	3,00
3/9/2014	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	30,30	30,78	80,12	708,31	1028,50	86,03	76,49	288,13	6,55	40,80	0,14	0,23	10,37	35,95
	Всего за 4 день		37,50	39,39	142,66	1066,76	1125,97	101,12	80,61	351,62	7,61	40,80	0,14	0,23	10,37	35,95
	5 ДЕНЬ (пятница)															
	ЗАВТРАК															
18/3/2017	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	300	9,6	4,3	60,5	304,6	175,8	144,4	16,8	246,0	2,7	0,0	0,1	0,0	0,6	1,2
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
1/2017	Бутиерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	9,72	4,25	75,47	362,28	188,60	147,18	18,95	250,12	3,10	0,00	0,10	0,00	0,60	1,20
	ОБЕД															
10/1/2017	Суп картофельный с крутой	250	2,12	2,85	17,31	104,33	466,20	14,50	23,50	59,65	0,77	0,00	0,00	0,00	1,16	16,50
29/4/2017	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	90/5	10,0459	6,702	8,3642	134,752	130,489	8,87	37,753	78,243	0,794	25,938	0,0259	0,0259	4,21	0,666
17/1/2017	Каша рассыпчатая гречневая	215	8,74	6,12	42,92	266,18	116,45	49,47	67,78	206,63	5,53	0,03	0,37	0,14	2,89	0,00
25/8/2017	Композ из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0,03	0	0	0	0	0,24	0
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	22,89	21,07	110,31	684,06	739,14	78,64	136,03	361,12	7,44	25,97	0,40	0,17	8,57	17,41
	Всего за 5 день		32,61	25,32	185,78	1046,34	927,74	225,82	154,98	611,24	10,54	25,97	0,50	0,17	9,17	18,61
	Вторая неделя															
	6 ДЕНЬ (понедельник)															
	ЗАВТРАК															

30/9/2017	Зина вареное	1 шт./40	3,00	4,00	6,24	63,00	37,00	4,40	76,80	1,00	100,00	0,03	0,18	0,00	0,00
г/л	Хлеб пшеничный	40	2,31	0,9	14,94	70,6	30,1	10,3	24,9	0,48	0	0,048	0,24	0,46	0
20/4/2017	Макаронны отварные с сыром	270	16,07	4,12	29,6	219,73	88,2	39,19	103,5	0,31	42,97	0,98	0	0	0
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Итого	550	23,56	9,62	59,79	418,98	195,15	43,40	209,32	2,39	142,97	1,06	0,20	0,46	0,00
	ОБЕД														
82/2017	Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	5,17	11,47	103,76	33,53	24,25	49,72	1,10	0,00	0,02	0,03	0,68	19,98
29/1/2017	Плов из пшцы	310	25,85	22,23	39,74	467,50	36,02	38,96	208,46	3,05	40,80	0,14	0,23	9,00	3,00
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	29,30	32,80	76,14	681,31	77,55	72,41	278,90	4,87	40,80	0,16	0,26	9,99	22,98
	Всего за 6 день		52,86	42,42	135,93	1100,29	169,34	115,81	488,22	7,26	183,77	1,22	0,46	10,45	22,98
	7 ДЕНЬ (вторник)														
	ЗАВТРАК														
17/3/2017	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	300	8,78	14,90	48,63	361,53	169,21	87,26	282,26	4,04	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	8,88	14,90	63,60	419,18	182,06	89,46	286,38	4,96	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
	ОБЕД														
10/2/2017	Суп картофельный с бобовыми	250	5,97	5,52	20,14	155,67	474,89	29,54	87,55	1,87	0,01	0,18	0,04	1,26	11,63
22/9/2017	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	13,87	8,76	2,97	74,69	188,52	17,49	20,62	0,46	0,00	0,05	0,05	0,70	2,46
31/2/2017	Пюре картофельное	220	3,70	5,79	25,05	147,57	764,57	42,44	32,99	1,19	0,03	0,01	0,04	1,69	25,97
3/4/2/2017	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	25,24	25,63	82,00	524,93	1565,18	101,47	312,09	4,72	0,04	0,24	0,13	3,96	44,06
	Всего за 7 день		34,12	40,53	145,60	944,11	1747,24	269,61	598,47	9,68	0,10	0,46	0,31	4,45	45,24
	8 ДЕНЬ (среда)														
	ЗАВТРАК														
18/3/2017	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	300	7,7	3,4	48,4	243,7	140,6	115,5	196,8	2,7	0,0	0,1	0,0	0,6	1,2
37/6/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
1/2017	Бутерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	7,80	3,40	63,37	301,35	153,45	118,30	200,92	3,10	0,00	0,10	0,00	0,60	1,20
	ОБЕД														
8/8/2017	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,91	5,15	10,22	96,41	400,92	30,81	49,07	0,38	0,00	0,00	0,00	0,66	28,95
2/6/8/2017	Биточек из говядины с маслом сливочным	90/5	8,33	12,90	8,93	183,98	142,88	9,22	81,38	1,20	0,03	0,02	0,08	1,89	0,55
20/2/2017	Макаронные изделия отварные	215	5,35	4,40	35,62	206,90	64,46	10,35	45,38	0,62	0,03	0,00	0,00	0	0
37/7/2017	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,17	60,05	24,25	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	17,23	27,85	79,90	599,74	657,91	61,18	198,03	2,92	0,06	0,02	0,08	2,86	32,30
	Всего за 8 день		25,03	31,25	143,27	901,09	811,36	179,48	398,95	6,02	0,06	0,12	0,08	3,46	33,50
	9 ДЕНЬ (четверг)														

ТАБЛИЦА

Квартал		Квартал														
Квартал		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
18/1/2017	Квартал	300	6,4	4	37,8	310,9	188,7	135,2	42,2	173,6	2,4	0	0	0	1,2	1,2
3/2017	с сахаром	50	5,8	8,875	15,005	163,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,018	0,0255	0,477	0
376/2017	Бутерброд с сыром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром	550	12,30	12,88	67,78	434,20	260,30	302,90	55,50	206,42	3,32	0,10	0,05	0,03	1,68	1,20
	Итого															
	ОБЕД															
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	475,90	15,10	24,05	63,50	0,80	0,00	0,00	0,00	1,08	16,50
294/2017	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	90/5	10,0459	6,702	8,3642	134,752	130,489	8,87	37,753	78,243	0,794	25,938	0,0259	0,0259	4,21	0,666
171/2017	Каша рассыпчатая гречневая	215	8,74	6,12	42,92	266,18	116,45	49,47	67,78	206,63	5,53	0,03	0,37	0,14	2,89	0,00
399/2014	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7,00	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	24,14	21,33	102,15	666,86	988,24	92,64	144,58	378,97	10,24	25,97	0,40	0,17	8,89	21,17
	Всего за 9 день		36,44	34,21	169,93	1101,06	1248,54	395,54	200,08	585,39	13,56	26,07	0,44	0,19	10,57	22,37
	10 ДЕНЬ (пятница)															
	ЗАВТРАК															
417/2009	Макароны отварные с овощами	300	5,68	6,89	38,06	240,64	67,70	9,83	8,74	47,50	0,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
1/2017	Бутерброд с маслом	50	5,8	8,875	15,005	163,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
	Итого	550	5,8	6,9	53,0	298,3	80,6	12,6	10,9	51,6	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ОБЕД															
96/2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,41	6,10	17,44	136,70	489,95	21,40	28,95	74,65	0,94	0,01	0,01	0,01	1,18	16,77
288/2017	Птица отварная	90	14,50	1,17	0,36	69,91	181,64	5,35	52,96	105,74	0,87	42,95	0,04	0,04	6,57	1,25
302/2017	Каша пшеничная рассыпчатая	215	8,69	5,78	38,77	237,56	118,20	16,90	58,90	137,00	4,07	0,00	0,00	0,00	0,90	0,00
358/2017	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,3	0,06	37,97	151,26	74,22	8,68	2,4	11,9	0,84	0	0	0	0,12	1,2
г/л	Хлеб пшеничный	40	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	5,2	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0
	Итого	800	27,44	18,51	104,50	647,83	889,41	57,53	150,21	345,89	7,04	42,96	0,05	0,05	9,08	19,22
	Всего за 10 день		33,22	25,40	157,53	946,12	969,96	70,16	161,15	397,51	8,10	42,96	0,05	0,05	9,08	19,22
	Всего за 10 дней		34,2	34,5	151,79	1004,60	1162,86	223,14	147,37	497,23	8,82	36,29	0,35	0,19	7,72	29,13
	Среднее значение за 1 день		34,2	34,5	151,79	1004,60	1162,86	223,14	147,37	497,23	8,82	36,29	0,35	0,19	7,72	29,13