

Составлено:
 Директор МБОУ СОШ № 10



ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
 на осенне-зимний период 2024/2025 учебного года
 для обучающихся с ОВЗ общеобразовательных организаций Георгиевского городского округа Ставропольского края
 в возрасте от 7 до 11 лет

ЗАВТРАК И ОБЕД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг				Минералы, мг				№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
1 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупной рисовой	200/5	3,60	3,95	15,71	138,60	0,07	0,20	0,31	0,91	158,83	23,07	137,47	0,25	Дели принт 2005-121
	Сыр «Российский»	25	4,64	5,90	0,00	72,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Дели принт 2005-15
	Булочка «Домашняя»	1/50	3,75	6,60	30,45	196,00	0,06	0,03	0,78	0,00	9,90	13,70	35,00	0,65	Дели принт 2005-424
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дели принт 2005-377
	Итого	502	13,99	16,45	62,16	471,60	0,14	0,28	1,15	3,85	314,95	44,51	251,91	1,41	
	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	Дели принт 2005-102
ОБЕД	Котлеты или биточки рыбные	90/5	13,32	16,92	10,44	24,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Дели принт 2005-234
	Кашиа рассыпчатая зрелая	150/5	7,52	6,28	40,73	279,60	0,21	0,12	2,48	0,00	14,82	135,83	203,93	4,56	Дели принт 2005-302
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,00	29,00	138,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Дели принт 2005-342
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124
	Итого	700	28,83	28,02	122,15	684,86	0,50	0,29	5,69	6,64	110,17	213,67	523,11	8,87	
Итого день	1202	42,82	44,47	184,31	1156,46	0,64	0,57	6,84	10,49	425,12	258,18	775,02	10,28		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг				Минералы, мг				№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
2 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Клеши из кур, бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	Дели принт 2005-301
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Дели принт 2005-203
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Дели принт 2005-349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124
	Итого	660	23,57	28,66	88,94	707,50	0,20	0,17	5,94	0,94	70,73	63,41	223,97	4,57	Могильный М.П. 2005-№338
ОБЕД	Суп картофельный с крупной пшеничной	200	1,60	2,18	16,74	93,00	0,08	0,05	0,85	6,60	18,44	20,00	50,04	0,70	Дели принт 2005-101
	Тертельки 2-ой вариант	90	10,69	15,53	15,91	245,63	0,10	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	Дели принт 2005-279
	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,57	2,29	23,50	0,01	0,01	0,07	0,40	8,77	4,74	8,81	0,12	Дели принт 2005-331
	Картофель отварной	150	3,00	4,90	21,50	142,00	0,17	0,02	0,80	0,00	16,63	47,34	134,43	1,55	Дели принт 2005-310
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дели принт 2005-376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
Итого	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124
	Итого	735	19,62	24,72	94,54	677,53	0,44	0,26	5,20	8,02	114,54	116,80	395,69	5,81	
	Итого день	1455	43,19	53,38	183,48	1385,03	0,64	0,43	11,14	8,96	185,27	180,21	619,66	10,38	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход		Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг					Минералы, мг					№ рецептуры						
		7-11 лет	150/15					В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe									
								3 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Запеканка из творога со сушееным молоком	150/15	31,50	12,60	49,50	435,00	0,08	0,39	0,78	0,36	220,95	33,30	315,45	1,04	Дели притт 2005-223									
	Сыр «Российский» 50% жирности	15	4,64	5,90	0,00	72,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Могильный М.П. 2005-№15									
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,00	47,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-№122									
	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	0,06	0,19	0,17	1,59	152,22	21,33	124,56	0,48	Дели притт 2005-382									
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Дели притт 2005-338									
	Итого	550	36,06	15,80	101,44	689,80	0,22	0,64	1,35	121,95	441,17	80,63	486,01	2,12										
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200/5	1,46	3,92	12,16	89,80	0,04	0,03	0,47	8,23	35,51	21,00	42,58	0,95	Дели притт 2005-82									
	Компота рубленая из бройлер-цыплят	90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	Дели притт 2005-295									
	Пюре из бобовых с маслом	150/5	13,20	7,50	43,05	292,50	0,51	0,11	1,36	18,16	7,95	27,75	86,59	4,96	Дели притт 2005-199									
	Компот из лимон	200	0,08	0,09	27,08	108,6	0,02	0,01	0,08	12,9	23,52	6,5	11,5	0,24	Здобнов А.И. — 864									
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122									
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124									
	Итого	705	32,11	32,39	118,71	893,90	0,74	0,31	6,76	39,95	100,43	93,55	318,82	8,83										
	Итого день	1255	68,17	48,19	220,15	1583,70	0,96	0,95	8,11	161,90	541,60	176,18	804,83	10,95										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход		Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг					Минералы, мг					№ рецептуры						
		7-11 лет	60					В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe									
								4 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Овощи натуральные соевые или свежие	60	0,48	0,12	1,92	10,80	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	Дели притт 2005-707/1									
	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Дели притт 2005-229									
	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Дели притт 2005-312									
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Дели притт 2005-342									
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122									
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124									
	Итого	600	20,19	12,48	79,31	527,00	0,34	0,25	3,17	36,91	105,01	90,35	317,48	4,38										
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,12	2,22	19,38	106,00	0,09	0,05	0,94	6,60	19,68	21,60	53,32	0,86	Дели притт 2005-103									
	Птица, тушеная в соусе сметанном 15%	90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	0,05	0,12	3,48	0,01	47,72	17,73	116,32	1,41	Дели притт 2005-290									
	Каши рассыпчатая пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237,00	0,12	0,05	0,70	0,00	24,04	34,22	158,97	2,69	Дели притт 2005-302									
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дели притт 2005-377									
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122									
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124									
	Итого	742	33,29	31,76	105,09	831,60	0,34	0,26	5,77	9,44	123,36	95,29	390,75	6,58										
	Итого день	1342	53,48	44,24	184,40	1358,60	0,68	0,51	8,94	46,35	228,37	185,64	708,23	10,96										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг					Минералы, мг					№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe			
5 ДЕНЬ																	
ЗАВТРАК	Каша ясодкая молочная из гречневой крупы	200/5	5,40	11,20	35,30	278,00	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	Дели принт 2005-183		
	Булочка «Домашняя»	1/50	3,75	6,60	30,45	196,00	0,06	0,03	0,78	0,00	9,90	13,70	35,00	0,65	Дели принт 2005-424		
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дели принт 2005-376		
	Йогурт 2,5% жирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	2,05	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	проект.		
	Итого	595	14,15	24,00	101,95	774,00	2,14	0,07	1,84	0,03	19,34	37,77	109,65	1,78			
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,14	4,28	18,88	130,60	0,13	0,06	0,87	4,65	40,22	30,64	110,38	1,45	Дели принт 2005-102		
	Клеши из кур, бройлер-цыплят с рисом	90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	0,06	0,10	4,42	0,54	16,35	16,99	113,70	0,95	Дели принт 2005-301		
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Дели принт 2005-203		
	Кисель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,47	3,6	4,4	0,94	Дели принт 2005-352		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122		
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124			
Итого	700	27,75	32,94	116,12	871,50	0,34	0,23	6,78	6,91	93,60	91,65	323,35	5,71				
Итого день	1295	41,90	56,94	218,07	1645,50	2,48	0,30	8,62	6,94	112,94	129,42	433,00	7,49				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг					Минералы, мг					№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe			
6 ДЕНЬ																	
ЗАВТРАК	Овощи натуральные соленные или свежие	60	0,48	0,12	1,92	10,80	0,04	0,02	0,24	15,00	8,40	10,67	19,73	0,54	Мосильный М.П. 2005-№7071		
	Плов из птицы	90/150	23,36	27,04	38,24	489,60	0,07	0,14	4,64	1,15	51,54	54,29	227,77	2,50	Дели принт 2005-291		
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дели принт 2005-377		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124		
Итого	572	29,05	27,58	77,34	666,00	0,15	0,18	5,29	3,98	83,46	76,03	289,91	4,12				
ОБЕД	Рассоление: Ленинградский	200/5	1,68	4,08	16,40	109,00	0,08	0,05	0,86	6,03	21,16	20,72	57,00	0,78	Дели принт 2005-96		
	Биточки рубленные из птицы	90/5	16,06	3,29	7,95	193	0,06	0,04	6,19	0	10,65	22,05	116,85	1,24	Дели принт 2012-306		
	Капуста тушеная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	0,04	0,06	1,02	24,56	83,70	29,55	60,60	1,13	Дели принт 2005-321		
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,02	0,03	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дели принт 2005-376		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122		
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124			
Итого	715	24,64	11,92	82,55	727,25	0,26	0,19	8,71	30,62	134,32	93,06	294,93	4,72				
Итого день	1287	53,69	39,50	159,89	1393,25	0,41	0,37	14,00	34,60	217,78	169,09	584,84	8,84				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг					Минералы, мг				№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe		
7 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Каши овсяная молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Дели притт 2005-181	
	Сыр «Российский»	25	5,80	7,38	0,00	90,00	0,37	0,08	0,05	0,18	220,00	8,83	125,00	0,25	Мосильный М.П. 2005-№15	
	Булочка с изюмом	1/50	2,75	0,55	26,80	139,00	0,01	0,01	0,42	0,00	2,30	8,30	21,00	0,40	прош.	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,8	0,04	0,15	0,11	1,31	123,73	14	90	0,13	Дели притт 2005-379	
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Дели притт 2005-338	
	Итого	630	18,93	13,61	123,74	709,80	0,54	0,32	1,34	121,49	424,03	62,63	309,60	1,70		
	Суп картофельный с крупной рисовой	200	1,60	2,18	16,74	93,00	0,08	0,05	0,85	6,60	18,44	20,00	50,04	0,70	Дели притт 2005-101	
	Голубцы ленивые	90	3,60	5,10	20,33	141,50	0,09	0,06	0,70	6,29	50,25	34,50	97,93	1,71	Дели притт 2012-298	
	Соус сметанный с томатам	30	0,54	1,57	2,29	25,50	0,01	0,01	0,07	0,40	8,77	4,74	8,81	0,12	Дели притт 2012-331	
	Каши рассыпчатая гречневая	150	7,52	6,28	40,73	279,60	0,21	0,12	2,48	0,00	14,82	135,83	203,93	4,56	Дели притт 2005-302	
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Дели притт 2005-349	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124	
	Итого	720	17,03	15,67	125,01	738,60	0,47	0,29	4,85	13,69	141,80	220,37	433,81	9,60		
	Итого день	1350	35,96	29,28	248,75	1448,40	1,01	0,61	6,19	135,18	565,83	283,00	743,41	11,30		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг					Минералы, мг				№ рецептуры
							В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe		
8 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК	Тертель 2-ой вариант	90	10,69	15,53	15,91	245,63	0,1	0,14	2,84	0,99	51,89	23,98	141,93	1,87	Дели притт 2005-279	
	Соус сметанный 15% жирности	30	0,54	1,57	2,29	25,50	0,01	0,01	0,07	0,40	8,77	4,74	8,81	0,12	Дели притт 2012-331	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00	0,06	0,02	0,77	0,00	4,86	21,12	37,17	1,11	Дели притт 2005-203	
	Кисель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,47	3,6	4,4	0,94	Дели притт 2005-352	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124	
	Итого	535	20,44	23,94	108,02	728,53	0,26	0,22	4,40	3,11	97,69	72,74	250,01	5,30		
	Шн из свежей капусты с картофелем	200/5	1,28	3,94	9,20	117,40	0,05	0,04	0,65	14,78	34,66	17,80	38,10	0,64	Дели притт 2005-88	
	Котлеты или биточки рыбные	90/5	13,32	16,92	10,44	246,60	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Дели притт 2005-234	
	Каши рассыпчатая пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237	0,12	0,05	0,7	0	24,04	34,22	158,97	2,69	Дели притт 2005-302	
ОБЕД	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дели притт 2005-376	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,6	40,4	0,03	0,02	0,14	0	10,8	9,4	31,6	0,66	Перевалов А.Я. 2012-124	
	Итого	715	24,97	26,46	99,03	772,40	0,32	0,19	3,62	15,08	100,46	97,06	404,25	5,56		
	Итого день	1250	45,41	50,40	207,05	1500,93	0,58	0,41	8,02	18,19	198,15	169,80	654,26	10,86		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг				Минералы, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
9 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Каши питательная молочная эргодикс	200/5	7,79	9,89	35,91	266,89	0,19	0,18	0,61	1,45	144,73	32,93	94,4	1,21	Перевалов А.Я. 2012-282
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дели приит 2005-377
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
	Йогурт 2,5% жирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	2,05	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	пром.
	Итого	582	17,06	16,39	87,61	642,89	2,29	0,23	1,68	4,28	169,25	52,57	148,94	2,67	
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,8	0,04	0,01	0,33	0,4	15,76	8,36	23,44	0,47	Здобнов А.Н.-218/1066
	Птица отварная	90/5	19,26	17,1	1,26	235,8	0,03	0,12	4,32	0	35,1	18	128,7	1,62	Дели приит 2005-288
	Пюре из бобовых с маслом	150/5	13,20	7,50	43,05	292,50	0,51	0,11	1,36	18,16	7,95	27,75	86,59	4,96	Дели приит 2005-199
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Дели приит 2005-342
	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
Итого	700	38,08	29,19	105,95	855,10	0,67	0,29	6,72	20,28	90,99	77,01	300,83	9,25	Перевалов А.Я. 2012-124	
Итого день	1282	55,14	45,58	193,56	1497,99	2,96	0,52	8,40	24,56	260,24	129,58	449,77	11,93		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг				Минералы, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
10 ДЕНЬ															
ЗАВТРАК	Овощи натуральные соевые или свежие	60	0,48	0,12	1,92	10,80	0,04	0,02	0,24	0,24	8,40	10,67	19,73	0,54	Дели приит 2005-70/71
	Комплет рубленая из бройлер-цыплят	90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	0,09	0,12	4,23	0,66	15,75	21,00	120,45	1,42	Дели приит 2005-295
	Рис отварной	150/5	3,77	6,11	41,4	235,65	0,02	0,02	0,68	0	1,37	16,33	60,94	0,53	Дели приит 2005-304
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Дели приит 2005-349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
Итого	560	21,70	27,11	101,56	737,05	0,23	0,21	5,90	16,06	75,04	73,30	274,22	5,00	Перевалов А.Я. 2012-124	
Среднее значение за 10 дней завтрак	579	21,51	20,60	93,21	665,42	0,65	0,26	3,21	31,26	180,07	65,39	266,17	3,31		
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	200	4,18	5,02	23,2	175,8	0,06	0,04	0,62	4,6	14,58	14,5	37,88	0,54	Дели приит 2005-108/109
	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	238,60	0,07	0,07	0,86	2,03	27,45	29,03	149,06	0,63	Дели приит 2005-229
	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	0,14	0,11	1,36	18,16	36,98	27,75	86,59	1,01	Дели приит 2005-312
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Дели приит 2005-376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевалов А.Я. 2012-122
Итого	755	23,83	17,38	86,59	718,40	0,35	0,26	3,48	24,82	97,82	92,02	334,01	3,75	Перевалов А.Я. 2012-124	
Итого день	1315	45,53	44,49	188,15	1455,45	0,58	0,47	9,38	40,88	172,86	165,32	608,23	8,75		
Среднее значение за 10 дней обед	775	29,19	27,76	115,73	850,82	0,47	0,28	6,35	19,15	118,25	126,58	399,38	7,37		
Среднее значение за 10 дней	1303	48,53	45,65	198,78	1442,53	1,09	0,51	8,96	48,81	290,82	184,64	638,13	10,17		

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников. Дели приит Москва 2005 г. М.П.Мосильный

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей. Дели приит Москва 2012 г. М.Д.Мозильный

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и деп. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я.Перевалов

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Москва "Лада" 2005 г. А.Н.Здобнов

Сопровождение белков, жиров, углеводов 1:1:4

Ведущий инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"

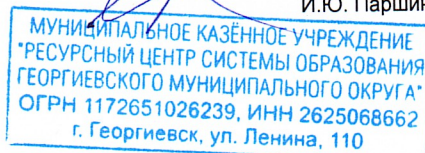
А.Я.Перевалов
 ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ
 ГЕОРГИЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА"
 ОГРН 1172651026239, ИНН 2625068662
 г. Георгиевск, ул. Ленина, 110

**Натуральные нормы питания школьников 2024-2025 г.
Завтрак на одного человека с ОВЗ**

Наименование прод.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	итого	факт	норма	%
150 хлеб пшеничный	50	50	30	40	50	30	50	45	30	50	425	42,5	80	53,1
80 хлеб ржаной		20		20		20		20		20	100	10	48	20,8
15 мука пшеничная	2	11	2	2	20		2	10	16		65	6,5	9	72,2
45 крупы, бобовые	12	62	12		31	52,5	30	8,2	42	54	303,7	30,37	27	112,5
15 макаронные изделия		52						52			104	10,4	9	115,6
187 картофель				214							214	21,4	112,2	19,1
280 овощи свежие или солёные				94		88		31,5		67	280,5	28,05	150	18,7
185 фрукты свежие		150	150	40,8		90	150	34	7		621,8	62,18	111	56,0
15 фрукты сухие		20								20	40	4	9	44,4
70 мясо говядины								73			73	7,3	42	17,4
35 тушка ЦБ 1 сорт		85,5				122,4				63	270,9	27,09	21	129,0
58 рыба свежеморож. минтай				115							115	11,5	34,8	33,0
300 молоко с м.д.ж. 2,5%	100		159,5	24	247		122		247		899,5	89,95	180	50,0
50 творог с м.д.ж. 5%			141								141	14,1	30	47,0
10 сыр твердый с м.д.ж. 45-50%	25		15				15				55	5,5	6	91,7
10 сметана с м.д.ж. 15%			8					7			15	1,5	6	25,0
30 масло сливочное с м.д.ж. 72,5%	10	10	8	5	20	5	10	12	8	10	98	9,8	18	54,4
15 масло растительное	2			5	2	5	2	5		5	26	2,6	9	28,9
40 яйцо	5		8		5		4		2	5	29	2,9	24	12,1
30 сахар	17	20	27	20	24	15	26	20	22	20	211	21,1	18	117,2
0,4 чай	0,5				0,5	0,5			0,5		2	0,2	0,24	83,3
1,2 какао			4								4	0,4	0,72	55,6
2 кофейный напиток							5				5	0,5	1,2	41,7
3 соль	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	100,0

Ведущий инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"

И.Ю. Паршина



Натуральные нормы питания школьников 2024-2025 г.
Обед на одного человека с ОВЗ

Наименование прод.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	итого	факт	норма	%
150 хлеб пшеничный	44	30	30	30	30	48,7	30	30	30	30	332,7	33,27	80	41,6
80 хлеб ржаной	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	200	20	48	41,7
15 мука пшеничная	2	1,8					2			13,2	16	35	9	38,9
45 крупы, бобовые	87	16	76	36	24	4	77	71	67	67	512	51,2	27	189,6
15 макаронные изделия				12	54						66	6,6	9	73,3
187 картофель	67	314	26,8	100,3	26,8	60	100	40,1	214	245	1194	119,4	112,2	106,4
280 овощи свежие или солёные	36	24	57	17	27	231	55	37	60	260	804	80,4	168	47,9
185 фрукты свежие	40,8		18	7	34					40,8	140,6	14,06	111	12,7
15 фрукты сухие		20									20	40	4	44,4
70 мясо говядины		65					50,8				115,8	11,58	42	27,6
35 гушка ЦБ 1 сорт			63	127,8	85	66,4			120,4		462,6	46,26	21	220,3
58 рыба свежеморож. минтай	124							59		173,8	366,8	35,68	34,8	102,5
300 молоко с м.д.ж. 2,5%											0	0	180	0,0
50 творог с м.д.ж. 5%											0	0	30	0,0
10 сыр твердый с м.д.ж. 45-50%											0	0	6	0,0
10 сметана с м.д.ж. 15%		7,5	5	7,5			7,5	5			32,5	3,25	6	54,2
30 масло сливочное с м.д.ж. 72,5%	5	5	5		10	5	10	12	8,07	10	70,07	7,007	18	38,9
15 масло растительное	3	4,5	1,5	4,8	3,5	1,8	1,8	6,8	5	5	37,7	3,77	9	41,9
40 яйцо							3,3				3,3	0,33	24	1,4
30 сахар	20	18	24	20	20	18	20	20	20	20	200	20	18	111,1
0,4 чай		0,5		0,5		0,5		0,5		0,5	2,5	0,25	0,24	104,2
1,2 какао											0	0	0,72	0,0
2 кофейный напиток											0	0	1,2	0,0
3 соль	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	100,0

Ведущий инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"

И.Ю. Паршина
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ
 ГЕОРГИЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА"
 ОГРН 1172651026239, ИНН 2625068662
 г. Георгиевск, ул. Ленина, 110