

Директор

Организатор питания ИП Антоненко А.А.

11

2026 F



(ОВЗ 5-11 класс)

Сборник	наименование блюд	масса порции	пищевые вещества			энергетическая
			б	ж	у	
-я неделя						
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ЗАВТРАК						
60 СРШП 2004	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,93	6,00	25,47	183,00
85 СРШП 2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	1,20	16,67	91,00
7 СРШП 2004	Сыр твердый порциями	10	2,53	2,53	3,23	40,00
6 СРШП 2004	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	172,00
ежнологическ	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,41	24,30	118,00
ежнологическ	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи		570	17,31	18,79	79,55	651,00
ОБЕД						
8 СРШП 2004	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,40	3,76	16,64	117,60
68 СРШП 2004	Плов с мясом	210	23,20	19,00	35,99	407,59
04 СРШП 2004	Икра кабачковая	60	1,10	5,30	4,60	71,00
ежнологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
49 СРШП 2004	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,70	113,00
Итого за прием пищи		700	31,42	28,32	99,51	779,99
Итого за день		1270	48,73	47,11	179,06	1430,99
ВТОРНИК						
ЗАВТРАК						

42 СРШП 200	Омлет запеченный с картофелем	150	12,70	18,00	3,30	226,00
2 СРШП под	Горошек зеленый консервированный	60	1,70	0,12	3,90	23,00
84 СРШП 200	Чай с молоком	200	1,60	1,60	17,30	87,00
энологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
энологическ	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
того за прием пищи		540	18,68	20,37	48,88	453,80

ОБЕД

5 СРШП 2004	Борщ с капустой и картофелем	200	1,61	4,14	10,99	88,00
29 СРШП 200	Рыба, тушенная с овощами	90	12,33	6,68	5,65	132,30
20 СРШП 200	Пюре картофельное	150	3,00	5,70	23,70	158,00
энологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
42 СРШП 200	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	92,00
того за прием пищи		670	19,42	16,96	77,22	541,10
того за день		1210	38,10	37,33	126,10	994,90

СРЕДА

ВТРАК

52 СРШП 200	Тфтели (2 вариант)	90	24,00	14,40	27,60	367,00
32 СРШП 200	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,68	3,47	27,23	163,00
01 СРШП 200	Соления в ассортименте	60	0,80	0,05	0,85	117,50
энологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
36 СРШП 200	Чай с сахаром, лимоном	180/15/7	0,30	0,00	7,56	32,00
того за прием пищи		532	33,06	18,17	77,82	750,30

ОБЕД

13 СРШП 201	Суп картофельный с клецками	200	1,45	4,16	13,20	97,60
31 СРШП 200	Гуляш из курицы с соусом	90	16,86	11,69	7,22	239,16
02 СРШП 200	Каша пшеничная	150	7,80	6,80	38,70	195,00
01 СРШП 200	Соления в ассортименте	60	1,10	0,06	1,20	11,00
энологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
30 СРШП 201	Кисель	200	0,12	0,10	24,70	100,00
того за прием пищи		730	28,16	18,89	86,40	615,96
того за день		1262	61,22	37,06	164,22	1366,26

ЧЕТВЕРГ

ВТРАК

М	Пудинг из творога запеченный со сметаной	150/10	18,40	14,56	30,71	337,06
	Молоко сгущенное с сахаром	10	1,50	40,00	11,40	99,99
СРШП 200	Какао с молоком	200	3,00	2,50	24,78	145,00
нологическ	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
нологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
того за прием пищи		500	25,58	57,70	91,27	699,85

ОБЕД						
СРШП 2004	Рассольник ленинградский	200	1,84	3,60	14,56	98,40
СРШП 200	Каша гречневая рассыпчатая	140	7,28	6,30	36,12	182,00
СРШП 200	Котлеты мясные	90	16,92	20,70	2,70	259,50
СРШП 2004	Салат из квашеной капусты	60	0,80	5,00	7,40	78,00
нологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
СРШП 200	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	92,00
того за прием пищи		720	27,48	32,45	83,10	682,30
того за день		1220	53,06	90,15	174,37	1382,15

ПЯТНИЦА

ВТРАК						
5 СРШП 200	Каша "Дружба" с маслом, сахаром	200	6,53	6,00	25,05	180,00
5 СРШП 200	Чай с сахаром	200	0,22	0,00	16,67	64,00
СРШП 2004	Сыр твердый порциями	10	2,53	2,53	3,23	40,00
СРШП 2004	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	172,00
хнологическ	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,41	24,30	118,00
хнологическ	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
того за прием пищи		570	13,53	17,59	79,13	621,00

ОБЕД						
1 СРШП 200	Суп картофельный	200	2,32	2,00	16,80	229,60
3 СРШП 200	Рагу из курицы	210	11,89	4,67	11,89	191,86
4 СРШП 200	Икра кабачковая	60	1,10	5,30	4,60	71,00
хнологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
9 СРШП 200	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,70	113,00
того за прием пищи		700	18,03	12,23	75,57	676,26
того за день		1270	31,56	29,82	154,70	1297,26

7-я неделя

АВТРАК

ПОНЕДЕЛЬНИК

08 СРШП 2004	Каша рисовая молочная с маслом, сахаром	180	3,87	7,92	34,38	144,00
07 СРШП 2004	Сыр твердый порциями	10	2,53	2,53	3,23	40,00
06 СРШП 2004	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	172,00
технологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
технологическ	"Мини-маффины" с начинкой изделие хлебобулочное сдобное	40/1шт	3,77	4,25	11,56	40,00
85 СРШП 2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	1,20	16,67	91,00
Итого за прием пищи		470	16,10	24,40	80,50	557,80

ОБЕД

8 СРШП 2004	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,40	3,76	16,64	117,60
50 СРШП 2004	Котлеты мясные	90	16,92	20,70	2,70	259,50
32 СРШП 2004	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,30	3,24	25,41	152,13
01 СРШП 2004	Соленья в ассортименте	60	1,10	0,06	1,20	11,00
технологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
42 СРШП 2004	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	92,00
того за прием пищи		720	25,80	24,44	66,19	585,44
того за день		1190	41,90	48,84	146,69	1143,24

АВТРАК

ВТОРНИК

08 СРШП под	Запеканка морковная с творогом с сметаной	150/30	22,50	19,89	20,59	357,75
05 СРШП 2004	Чай с сахаром	200	0,22	0,00	16,67	64,00
01 СРШП 2004	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	172,00
технологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
технологическ	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
того за прием пищи		550	25,45	28,79	61,72	711,55

ОБЕД

СРШП 2004	Щи из капусты свежей с картофелем	200	1,44	3,52	7,84	68,80
7 СРШП 2004	Плов из птицы	210	10,01	8,53	24,33	214,77
-13з СРШП	Салат из свеклы отварной	60	1,50	4,40	9,00	82,00

технологический	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
49 СРШП 200	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,70	113,00
Итого за прием пищи		700	15,67	16,72	83,45	549,37
Итого за день		1250	41,12	45,50	145,17	1260,92

СРЕДА						
01 СРШП 200	Соленья в ассортименте	60	0,80	0,05	0,85	117,50
62 СРШП 200	Оладьи из печени	90	15,10	14,20	5,96	213,00
20 СРШП 200	Пюре картофельное	150	5,70	6,75	13,80	139,00
93 СРШП 200	Какао с молоком	200	3,00	2,50	24,78	145,00
технологический	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
Итого за прием пищи		620	26,88	23,75	59,97	685,30

ОБЕД						
03 СРШП 200	Суп картофельный с рисом	200	1,84	2,96	14,48	92,00
34 СРШП 200	Жаркое по-домашнему	210	21,20	17,60	23,80	338,00
5 СРШП 2004	Салат из квашеной капусты	60	0,80	5,00	7,40	78,00
технологический	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
42 СРШП 200	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	92,00
Итого за прием пищи		700	26,32	26,01	82,56	670,80
Итого за день		1320	53,20	49,75	142,53	1356,10

ЧЕТВЕРГ						
01 СРШП 200	Огурцы соленые	60	0,80	0,05	0,85	117,50
50 СРШП 200	Биточки куриные припущенные	90	6,93	13,50	7,20	108,00
82 СРШП 200	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,40	9,00	51,60	260,00
85 СРШП 200	Чай с сахаром	200	0,22	0,00	16,67	64,00
технологический	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
Итого за прием пищи		580	20,63	22,80	90,90	620,30

ОБЕД						
9 СРШП 2004	Суп картофельный с вермишелью	200	13,40	7,80	0,40	249,00
59 СРШП 200	Куры тушеные в соусе	90	11,69	6,79	0,35	218,00
92 СРШП 200	Каша пшеничная	150	7,80	6,80	38,70	195,00
4-13з СРШП	Салат из свеклы отварной	60	1,50	4,40	9,00	82,00

технологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
49 СРШП 200	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,70	113,00
Итого за прием пищи		730	23,71	18,26	90,33	678,80
Итого за день		1310	44,34	41,05	181,23	1299,10
ПАВТРАК						
ПЯТНИЦА						
37 СРШП 200	Гуляш из говядины	60/30	9,63	9,43	10,29	253,57
32 СРШП 200	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,68	3,47	27,23	163,00
01 СРШП 200	Огурцы соленные	60	0,80	0,05	0,85	117,50
86 СРШП 200	Чай с сахаром, лимоном	180/15/7	0,30	0,00	7,56	32,00
технологическ	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
Итого за прием пищи		532	18,69	13,19	60,51	636,87
ОБЕД						
02 СРШП 200	Суп - лапша домашняя	200	2,50	2,92	18,26	123,00
50 СРШП 200	Биточки куриные припущенные	90	6,93	13,50	7,20	108,00
09 СРШП 200	Капуста тушеная	140	1,54	2,11	5,36	58,80
42 СРШП 200	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,25	14,58	70,80
технологическ	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	92,00
Итого за прием пищи		660	13,45	18,98	67,70	452,60
Итого за день		1192	32,14	32,17	128,20	1089,47
Итого за 10 ДНЕЙ			445,37	458,79	1542,3	12620,39

Сборник технологических нормативов под редакцией В.Т.Лапиной, 2004г. Хлебпродинформ.

Сборник технологических документов под редакцией Л.Е.Галунова, М.Т.Лабзина, 2008г. Санкт-Петербург

Сборник рецептов мучных кондитерских булочных изделий для ПОП 1986г. Москва

Диетическое питание справочник под ред. В.А.Доценко, Е.В.Литвинова, Ю.Н.Зубцова, 2002 г. Москва

Химический состав пищевых продуктов под редакцией И.М.Скурихина, В.А.Шатерникова, 1984г. Москва

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания под ред. И.М.Скурихина, В.А.Тутельян, 008г. Москва