

СОГЛАСОВАНО

Начальник Северодвинского территориального
Отдела Управления Роспотребнадзора по
Архангельской области

_____ П.Н. Демяненко
«__» _____ 2022 года



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ»
_____ И.Н. Антуфьев

«14» _____ 2022 года

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ГБОУ АО «СЕВЕРОДВИНСКАЯ СКОШИ»**

для детей с пятиразовым питанием и двухразовым питанием



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ «СЕВЕРОДВИНСКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

П Р И К А З

14.03.2022

№ 24

г. Северодвинск

Об утверждении меню

В соответствии санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования и организации общественного питания населения»

ПРИКАЗЫВАЮ:

утвердить 14.03.2022 г. двухнедельное примерное меню ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» для детей с пятиразовым питанием и двухразовым питанием.

Директор


И.Н. Антуфьев



День: понедельник

Сезон:

Неделя: первая

Возрастная категория:

5-12 класс

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Fe
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	Р	Mg	PP	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
639	какао с молоком	180	3,87	3,1	20,17	125,41	0,04	1,3	20	50	125	116	31	0,17	1,02
337	бутерброд с яйцом	70	8,82	3,78	39,52	207,9	0,028		100	53,6	22	76	4,8	0,08	1
	ИТОГО	250	12,69	6,88	59,69	333,31	0,068	0,068	120	103,6	147	192	35,8	0,25	2,02
	ОБЕД														
78	икра кабачковая	100	1,7	8,1	9,8	122,5	0,07	10		16,6	26,6	58,3	35	1	0,83
110	борщ капуст со сметаной	250	4,86	4,62	10,3	103,6	0,05	8	10	416	30	75	21	1,3	1,24
439	печень туш в сметан соусе	100	13,8	8,21	9	166,01	0,29	23	5854	79	19	237	14	6	5
508	греча отварная	180	10,44	3,8	47,66	272,6	0,27		21	389	17	188	125	2	4
639	компот из сухофруктов	180	2,6	0,15	40,47	175,91	0,05	2	2	8	80	73	52		1,6
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	53	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	52	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	850	36,5	22,23	157,95	945,62	0,802	39	5887	1369	183	693	200	10,75	14,34
	ОБЩИЙ ИТОГ	1150	50,75	29,11	217,64	1330	1,5	39,07	6007	1473	330	885	235,8	11	16,36

День: вторник
Неделя: первая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Fe
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
686	чай с лимоном	207	0,2	0,05	15,2	63,6	0,004	2,9	0,5	1,7	8	9	5	0,1	0,9
3	бутерброд с сыром	50	7	6,3	14,7	145,5	0,03	0,14	42	349	202	135	14	0,3	0,4
	ИТОГО	257	7,2	6,35	29,9	209,1	0,034	3,04	42,5	350,7	210	144	19	0,4	1,3
	ОБЕД														
17	салат из соленых огурцов	100	0,5	3	1,55	36,9	0,015	3,3		533	13	16	7	0,06	0,3
139	суп гороховый	250	10,4	3,6	21,6	161,6	0,3	11,5		411	38	132	43	2,2	2,8
374	рыба тушеная в томате	100	15,8	7,5	6,35	166	0,1	6,2	9,6	59	36	227	43	2,6	0,9
520	картоф. Пюре	180	3,3	5,5	22,3	176	0,1	25	25	405	44	96	32	1,6	1,2
645	кисель из сока	180	0,2	0,05	33,3	139,1	0,006	1,2		4,4	9	12	2,4	0,06	0,9
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	53	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	52	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	850	33,3	20,1	109,9	784,6	0,621	47,2	34,6	1879	161	568	146,4	7,37	8,1
	ОБЩИЙ ИТОГ	1107	44	26,95	164,3	1122,2	0,65	50,24	77,1	2230	371	712	165,4	7,77	9,4

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: 5-12 класс
 Возрастная категория: 5-12 класс

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2 ЗАВТРАК															
10	бутерброд гор с сыром	60	8	11	14	197	0,04	0,1	72	400	252	166	16	0,3	0,5
692	кофейный напиток	200	1,4	1,3	17	87	0,02	0,6	10	25	60	45	7	0,09	0,09
ИТОГО		260	9,4	12,3	31	284	0,06	0,7	82	425	312	211	23	0,39	0,59
ОБЕД															
161	суп молочный с рисом	250	4	3	19	125	0,05	0,4	18	451	131	123	21	0,3	0,2
494	птица отварная	100	22	5	0,32	301	0,1	2,7	133	107	28	251	27	11	2
216	картофель туш с овощами	180	4	10	29	232	0,2	36	56	402	36	123	48	2	11,8
631	компот из яблок	180	0,1	0,1	20	92	0,01	4		10	7	4	3	0,1	0,9
	огурец свежий	100	5	1	1,2	7	0,01	4		4	10	18	8	0,1	0,3
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	53	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	52	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
ИТОГО		850	38,2	888,2	94,32	862	0,47	47,1	207	1441	233	604	126	14,4	17,2
ОБЩИЙ ИТОГ		1130	54,5	927,4	141,7	1359	0,53	47,8	289	1866	545	815	149	14,8	17,79

День: четверг
Неделя: первая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
337	бутерброд с яйцом	50	8,82	3,78	39,52	207,9	0,028		100	53,6	22	76	4,8	0,08	1
685	чай сладкий	200	0,2	0,05	15	61	0,001	0,01	0,5	0,9	5,4	8,2	4,4	0,1	0,8
	ИТОГО	250	9,02	3,83	54,52	268,9	0,029	0,01	101	54,5	27,4	84,2	9,2	0,18	1,8
	ОБЕД														
31	суп карт с мясн фрикад	250	7	7	18	171	0,1	22	17	416	24	130	35	2,7	2
126	икра свекольная	100	1	4	6	76	0,02	8		22	21	30	14	0,02	0,8
610	котлета московская	100	12	13	9	207	0,06	0,1	20	594	15	130	18	3	2
214	капуста тушеная	180	4	5	17	132	0,06	79	24	412	91	65	32	1,35	1,2
705	напиток из шиповника	180	0,5	0,2	21	110	0,01		200	2,3	12	3	3	0,2	0,6
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	53	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	52	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	850	27,6	29,65	95,8	903,5	0,35	109	261	1913	184	443	121	8,12	8,6
	ОБЩИЙ ИТОГ	1135	36,9	41,2	147,3	1139,5	0,4	117	275	2447	227,9	485,9	127	8,72	9,7

День: пятница
Неделя: первая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
	язык слоеный	40	2,8	12	23,6	216									
697	молоко кипяченое	200	5	5	9	108	0,08	2	40	100	240	180	28	0,2	0,2
	ИТОГО	240	7,8	17	32,6	324	0,08	2	40	100	240	180	28	0,2	0,2
	ОБЕД														
16	винегрет овощной	100	0,7	6	5	79	0,03	4		8	13	27	16	0,4	0,4
157	солянка домашняя со смет	250	7	10	8	166	0,1	11	10	808	34	117	24	2	1,6
388	котлета рыбная с маслом	100	9	11	11	198	0,08	0,7	32	135	20	130	22	1	0,9
511	рис отварной	180	3	5	45	240	0,03		30	350	8	90	30	0,9	0,4
	хлеб дарницкий	20	1,5	0,25	12,5	53	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	12,3	52	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
693	компот из кураги	180	1	0,06	25	102	0,02	0,8		3	32	29	21	0,6	0,6
	ИТОГО	850	23,8	32,51	118,8	890	0,36	16,5	72	1771	128	478	132	5,75	5,9
	ОБЩИЙ ИТОГ	1120	35,1	50,01	175,9	1339,5	0,44	18,5	112	1871	368	658	160	5,95	6,1

День: пятница
Неделя: вторая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2 ЗАВТРАК															
337	бутерброд с яйцом	50	6,34	2,7	24,7	148,9	0,028		100	53,6	22	76	4,8	0,08	1
692	кофейный напиток	180	1,4	1,3	17	87	0,02	0,6	10	25	60	45	7	0,09	0,09
ИТОГО		230	7,74	4	41,7	235,9	0,048	0,6	110	78,6	82	121	11,8	0,17	1,09
ОБЕД															
25	салат степной	100	0,8	10	7	169	0,03	5		605	15	27	11	0,3	0,4
134	суп крестьянский со смет	260	5	8	14	154	0,06	20		408	28	86	25	1	1
377	рыба отварная	100	12	0,4	0,4	60	0,08	0,8	28	49	24	192	27	2	0,5
511	рис отварной	180	3	5	45	240	0,03		30	350	8	90	30	0,9	0,4
693	компот из изюма	180	0,4	0,1	28	116	0,03			23,5	16,4	25	8	0,1	0,6
	хлеб дарницкий	20	1,4	0,25	12,3	64	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	12,4	65	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
ИТОГО		860	24,3	23,95	119,1	868	0,33	25,8	58	1903	112,4	505	120	5,15	4,9
ОБЩИЙ ИТОГ		1115	32,2	34,25	150,1	1130	0,42	26,4	68	2463	185,9	623	137	6,64	5,99

День: понедельник
Неделя: вторая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	Р	Mg	Рр	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
337	бутерброд с яйцом	70	7,8	2,7	27,6	152	0,028		100	53,6	22	76	4,8	0,08	1
692	кофейный напиток	180	1,4	1,3	17	87	0,02	0,6	10	25	60	45	7	0,09	0,09
	ИТОГО	250	9,2	4	44,6	239	0,048	0,6	110	78,6	82	121	11,8	0,17	1,09
	ОБЕД														
126	икра свекольная	100	1,7	5	7	83	0,02	8		22	21	30	14	0,02	0,8
143	суп картофель с макар издел	250	6	3	19	138	0,01	16	6	499	22	102	28	2	1
610	котлета московская	100	12	13	9	207	0,06	0,1	20	594	15	130	18	3	2
216	картофель туш с овощами	180	4	9	30	201	0,1	30	47	380	30	100	40	1,5	1,5
686	чай с лимоном	207	0,2	0,05	15,2	63,6	0,004	2,9	0,5	1,7	8	9	5	0,1	0,9
	хлеб дарницкий	20	1,4	0,25	12,5	64	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	12,3	67	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	877	26,6	30,5	105	823,6	0,294	57	73,5	1964	117	456	124	7,47	8,2
	ОБЩИЙ ИТОГ	1127	35,8	34,5	149,6	1062,6	0,34	57,6	184	2043	199	577	136	7,64	9,29

День: вторник
Неделя: вторая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Рр	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
639	компот из сухофруктов	180	2	0,1	36	170	0,05	2	2	8	80	73	52	1,5	1,6
	язык слоеный	40	2,8	12	23,6	216									
	ИТОГО	220	4,8	12,1	59,6	386	0,05	2	2	8	80	73	52	1,5	1,6
	ОБЕД														
132	рассольник ленинг со смет	250	5	4	17	129	0,1		10	570	30	102	29	1,7	1,4
454	котлета по -хлыновски	90	16	18	8	291	0,09	5	59	481	24	191	29	4,2	2,9
508	греча отварная	180	7	5	35	227	0,2		21	389	17	188	125	2,6	4
759	соус красный	20	0,4	0,7	3	21	0,01	1	4	1	2	6	3	0,1	0,1
54	салат из свежих овощей	100	0,8	5,6	2,93	100	0,038	13,3		648	14,83	27,03	14,16	0,28	0,63
70	напиток клюквенный	180	0,1	0,05	20	86	0,005	3		0,4	4	2	3	0,05	0,2
	хлеб дарницкий	20	2,8	0,55	24,7	116	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	3,8	0,4	24,6	117,5	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	860	35,9	34,3	135,23	1087,5	0,543	22	94	2556	113	601	222	9,78	11,23
	ОБЩИЙ ИТОГ	1110	40,96	45,66	197,88	1446,6	0,6	17	96	1926	194	682	281	11,7	12,7

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: 5-12 класс
 Возрастная категория: 5-12 класс

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
3	бутерброд с сыром	50	7	6,3	14,7	145,5	0,03	0,14	42	349	202	135	14	0,3	0,4
639	какао с молоком	180	3,87	3,1	20,17	125,41	0,04	1,3	20	50	125	116	31	0,17	1,02
	ИТОГО	230	10,87	9,4	34,87	270,91	0,07	1,44	62	399	327	251	45	0,47	1,42
	ОБЕД														
16	винегрет овощной	100	0,9	7	6	89	0,03	4		8	13	27	16	0,4	0,4
32	суп картофельный с рисом	250	2,03	2,4	17,4	99,7	0,09	8,2	12	7,3	14,4	63,2	24,9	1,06	0,881
369	треска отварная	100	18	1	0,6	86	0,05	0,9	6	34	16	130	19	1	0,3
639	компот из сухофруктов	180	2,6	0,1	40	165	0,05	2	2	8	80	73	52	1,5	1,6
520	картофельное пюре	180	4	5	36	160	0,1	25	25,7	405	44	96	32	1,6	1
	хлеб дарницкий	20	1,4	0,26	12,3	64	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,8	0,2	12,3	67	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	850	30,73	15,96	124,6	730,7	0,42	40,1	45,7	929	188,4	474,2	163	6,41	6,181
	ОБЩИЙ ИТОГ	1080	43,47	35,96	145,07	1052,9	0,42	36,3	106	1719	524	708	191	6,42	7,42

День: четверг
Неделя: вторая

Сезон:
Возрастная категория: 5-12 класс

N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2 ЗАВТРАК															
10	бутерброд гор с сыром	60	8	11	14	197	0,04	0,1	72	400	252	166	16	0,3	0,5
686	чай с лимоном	187	0,2	0,05	15,2	63,6	0,004	2,9	0,5	1,7	8	9	5	0,1	0,9
	ИТОГО	247	8,2	11,05	29,2	260,6	0,044	3	72,5	402	260	175	21	0,4	1,4
ОБЕД															
160	суп молочн с макар изд	250	6	5	20	153	0,08	1	45	638	161	138	21	0,3	0,5
487	птица отварная	100	22	23	0,3	301	0,09	2	88	88	21	210	23	9	2
692	картофель отварной	180	3	4	24	150	0,1	30	21	395	19	89	34	1,9	1
631	компот из яблок	180	0,1	0,1	23	98	0,01	4		10	7	4	3	0,1	0,9
	огурец свежий	100	4	0,6	1	6	0,01	4		4	10	18	8	0,1	0,3
	хлеб дарницкий	20	1,4	0,3	12,4	64	0,05			218	11	53	12	0,4	1,5
	хлеб пшеничный	20	1,2	0,2	12,6	67	0,05			249	10	32	7	0,45	0,5
	ИТОГО	850	37,7	33,2	93,3	839	0,39	41	154	1602	239	544	108	12,3	6,7
	ОБЩИЙ ИТОГ	1117	45,9	44,25	122,5	1118,6	0,43	44	227	2004	499	719	129	12,7	8,1