

И.И. Антун

«01» ноября 2024 г.

для детей с пятиразовым питанием и двухразовым питанием



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

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

П Р И К А З

01.11.2024

№ 83/1

г. Северодвинск

Об утверждении двухнедельного примерного меню

В соответствии с подпунктом 8.1.3 пункта 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить и ввести в действие с 01.11.2024 г. двухнедельное примерное меню в ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» для детей с пятиразовым питанием и двухразовым питанием

Приложение:

1. Примерное двухнедельное меню – 14 стр.
2. Признать утратившим силу приказ ГБОУ АО «Северодвинская СКОШИ» от 14.03.2022 № 24 «Об утверждении меню».

Директор

И. Н. Антуфьев

День: понедельник

Сезон:

Неделя: первая

Возрастная категория: 12-18 лет

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет 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	200	3.87	3.1	20.18	125.41	0.04	1.3	20	50	125	116	31	0.17	1.02
337	бутерброд с яйцом	70	7.33	5.47	15.7	141.4	0.028		100	53.6	22	76	4.8	0.08	1
	ИТОГО	270	11.2	8.57	35.88	266.81	0.068	1.3	120	103.6	147	192	35.8	0.25	2.02
	ОБЕД														
78	икра кабачковая	100	1.9	8.9	7.7	119	0.042	6		10	16	35	21	0.6	0.5
110	борщ капуст со сметаной	250	5.58	7.97	12.42	144.86	0.05	8	10	416	30	75	21	1.3	1.24
439	печень туш в сметан соусе	100	13.8	8.21	5.17	166.01	0.29	23	5854	79	19	237	14	6	5
508	греча отварная	180	9.49	6.83	42.68	270.66	0.27		21	389	17	188	125	2	4
639	компот из сухофруктов	200	2.6	0.15	60.67	225.91	0.05	2	2	8	80	73	52		1.6
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	870	36.01	32.45	148.36	1019.84	0.802	39	5887	1369	183	693	200	10.75	14.34
	ОБЩИЙ ИТОГ	1140	47.21	41.02	184.24	1286.65	0.87	40.3	6007	1473	330	885	235.8	11	16.36

День: Неделя: вторник первая Сезон: Возрастная категория: 12-18 лет														
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге т ценнос ть	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	Na	Ca	P	Mg	Рр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	2 ЗАВТРАК													
686	чай с лимоном	207	0.26	0.06	15.18	63.639	0.004	2.9	0.5	1.7	8	9	5	0.1
3	бутерброд с сыром	50	7	6.95	19.42	153.6	0.03	0.14	42	349	202	135	14	0.3
	ИТОГО	257	7.25	7.01	34.6	217.2	0.034	3.04	42.5	350.7	210	144	19	0.4
	ОБЕД													
17	салат из соленых огурцов	100	0.85	5.11	2.59	61.5	0.015	3.3		533	13	16	7	0.06
139	суп гороховый	250	10.54	7.25	31.75	194.67	0.3	11.5		411	38	132	43	2.2
374	рыба тушеная в томате	100	8.35	5.4	12.93	110.13	0.1	6.2	9.6	59	36	227	43	2.6
520	картофельное пюре	180	3.91	5.93	36.48	175.46	0.1	25	25	405	44	96	32	1.6
645	кисель из сока	200	0.3	0.06	37.83	154.6	0.006	1.2		4.4	9	12	2.4	0.06
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45
	ИТОГО	870	26.6	24.13	141.13	789.8	0.621	47.2	34.6	1879	161	568	146.4	7.37
	ОБЩИЙ ИТОГ	1127	33.85	31.14	175.73	1007	0.655	50.24	77.1	2230	371	712	165.4	7.77

День: Неделя: среда первая Сезон: Возрастная категория: 12-18 лет															
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	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	8.21	12.09	15.49	205.4	0.04	0.1	72	400	252	166	16	0.3	0.5
692	кофейный напиток	200	1.47	1.3	17	87	0.02	0.6	10	25	60	45	7	0.09	0.09
	ИТОГО	260	9.4	12.3	32.88	292.81	0.06	0.7	82	425	312	211	23	0.39	0.59
	ОБЕД														
161	суп молочный с рисом	250	4.53	4.57	39.54	138.46	0.05	0.4	18	451	131	123	21	0.3	0.2
494	птица отварная	131	22.98	21.19	0.33	301.52	0.1	2.7	133	107	28	251	27	11	2
216	картофель туш с овощами	180	4	9.84	29.5	232.62	0.2	36	56	402	36	123	48	2	11.8
631	компот из яблок	200	0.16	0.16	23.88	98.6	0.01	4		10	7	4	3	0.1	0.9
	огурец свежий	100	0.7	0.1	1.9	11	0.01	4		4	10	18	8	0.1	0.3
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	901	35.01	36.24	114.87	875.6	0.47	47.1	207	1441	233	604	126	14.35	17.2
	ОБЩИЙ ИТОГ	1161	44.41	48.54	147.75	1168.41	0.53	47.8	289	1866	545	815	149	14.74	17.79

		День: Неделя:	четверг первая				Сезон: Возрастная категория: 12-18лет								
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A	Na	Ca	P	Mg	Pp	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	2 ЗАВТРАК														
11	сырники	70	13.84	8.09	15.47	193.08	0.07			535	13.5	73	9.7	1.4	1
685	кофейный напиток	200	1.47	1.29	17.39	97.41	0.001	0.01	0.5	0.9	5.4	8.2	4.4	0.1	0.8
	ИТОГО	270	15.31	9.38	32.86	280.49	0.071	0.01	0.5	535.9	14.4	81.2	14.7	1.5	1.8
	ОБЕД														
124	суп с фрикадельками	250	7.94	7.4	18.29	171.95	0.08	30	30	414	49	91	27	1.8	1.3
126	икра свекольная	100	1.92	8.1	15.4	137.01	0.02	8		22	21	30	14	0.02	0.8
610	котлета московская	100	12.73	10.59	32.01	260.32	0.06	0.1	20	594	15	130	18	3	2
214	капуста тушеная	180	4.44	5.34	19.49	146.54	0.06	79	24	412	91	65	32	1.35	1.2
705	напиток из шиповника	200	0.6	0.2	24	116	0.01		200	2.3	12	3	3	0.2	0.6
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	870	30.27	32.01	128.91	925.22	0.33	117.1	274	1911	209	404	113	7.22	7.9
	ОБЩИЙ ИТОГ	1140	45.58	41.39	161.77	1205.71	0.401	117.1	274.5	2447	223.4	485.2	127.7	8.72	9.7

		День:	пятница						Сезон:							
		Неделя:	первая						Возрастная категория:		12-18лет					
N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Fe	
			Б	Ж	У		B1	С	А	Na	Ca	P	Mg	Рр		
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	8.6	17	33.2	324	0.12	11	40	123	248	208	66	0.7	0.7	
	ОБЕД															
612	винегрет овощной	100	1.58	10.17	8	130.51	0.03	4		8	13	27	16	0.4	0.4	
157	рассольник ленинградский	250	5.55	7.47	17.13	158.35	0.1	11	10	808	34	117	24	2	1.6	
388	котлета рыбная с маслом	100	11.68	11.16	13.278	174.99	0.08	0.7	32	135	20	130	22	1	0.9	
511	рис отварной	180	4.61	6.45	47.94	269.33	0.03		30	350	8	90	30	0.9	0.4	
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5	
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5	
693	компот из кураги	200	1.04	0.06	25.17	106	0.02	0.8		3	32	29	21	0.6	0.6	
	ИТОГО	870	27.1	35.69	131.238	932.58	0.36	16.5	72	1771	128	478	132	5.75	5.9	
	ОБЩИЙ ИТОГ	1110	35.7	52.69	164.438	1256.58	0.48	27.5	112	1894	376	686	198	6.45	6.6	

День: понедельник Сезон:														
Неделя: вторая Возрастная категория: 12-18 лет														
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	Рр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	2 ЗАВТРАК													
337	бутерброд с яйцом	70	7.33	5.47	15.7	141.4	0.028		100	53.6	22	76	4.8	0.08
692	кофейный напиток	200	1.32	1.16	19.66	78.67	0.02	0.6	10	25	60	45	7	0.09
	ИТОГО	270	8.65	6.63	35.36	220.07	0.048	0.6	110	78.6	82	121	11.8	0.17
	ОБЕД													
126	икра свекольная	100	1.15	2.86	10.82	76.11	0.02	8		22	21	30	14	0.02
143	суп картофель с макар издел	250	6.47	5.88	19.78	158.15	0.01	16	6	499	22	102	28	2
610	котлета московская	100	15.73	13.6	22.01	260.32	0.06	0.1	20	594	15	130	18	3
216	картофель туш с овощами	180	4	12.84	35.5	232.62	0.1	30	47	380	30	100	40	1.5
686	чай с лимоном	207	0.26	0.06	15.18	63.64	0.004	2.9	0.5	1.7	8	9	5	0.1
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45
	ИТОГО	877	30.25	35.62	123.01	884.24	0.294	57	73.5	1964	117	456	124	7.47
	ОБЩИЙ ИТОГ	1147	38.9	42.25	158.37	1104.31	0.342	57.6	184	2042	199	577	135.8	7.64

		День: вторник		Сезон:											
		Неделя: вторая		Возрастная категория: 12-18лет											
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														
639	компот из сухофруктов	200	2.6	0.15	40.47	175.85	0.005	3		0.4	4	2	3	0.05	0.2
	язык слоеный	40	2.8	12	23.6	216									
	ИТОГО	240	5.4	12.15	64.07	391.85	0.005	3	0	0.4	4	2	3	0.05	0.2
	ОБЕД														
132	рассольник ленинг со смет	250	5.55	7.47	17.13	158.35	0.1		10	570	30	102	29	1.7	1.4
454	гуляш	100	15.34	10.59	22.55	216.04	0.09	5	59	481	24	191	29	4.2	2.9
508	макароны отварные	180	6.98	5.17	43.99	252.6	0.2		21	389	17	188	125	2.6	4
78	салат из свежих овощей	100	1.01	5.12	2.85	107.38	0.042	6		10	16	35	21	0.6	0.5
639	напиток клюквенный	200	0.125	0.05	20.89	86.8	0.05	2	2	8	80	73	52	1.5	1.6
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	870	31.645	28.78	127.13	914.57	0.582	13	92	1925	188	674	275	11.45	12.4
	ОБЩИЙ ИТОГ	1110	37.045	40.93	191.2	1306.42	0.587	16	92	1925	192	676	278	11.5	12.6

День: Неделя: среда вторая Сезон: Зоная категория: 12-18 лет															
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														
3	бутерброд с сыром	50	6.99	6.95	15.42	163.5	0.03	0.14	42	349	202	135	14	0.3	0.4
639	какао с молоком	200	3.87	3.1	20.18	125.41	0.04	1.3	20	50	125	116	31	0.17	1.02
	ИТОГО	250	10.86	10.05	35.6	288.91	0.07	1.44	62	399	327	251	45	0.47	1.42
	ОБЕД														
612	винегрет	100	1.58	8.18	8.01	130.51	0.03	4		8	13	27	16	0.4	0.4
243	сум картофельный с рисом	250	5.92	5.89	17.41	146.79	0.02	3	10	398	23	46	8	0.6	0.7
369	шницель рыбный	100	16.16	15.49	9.77	270.22	0.05	0.9	6	34	16	130	19	1	0.3
639	компот из сухофруктов	200	2.6	0.15	40.47	175.85	0.05	2	2	8	80	73	52	1.5	1.6
520	картофельное пюре	180	3.91	5.93	26.48	175.46	0.1	25	25.7	405	44	96	32	1.6	1
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	40.7	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	870	32.81	36.02	121.86	985.93	0.35	34.9	43.7	1320	197	457	146	5.95	6
	ОБЩИЙ ИТОГ	1120	43.67	46.07	157.46	1274.84	0.42	36.34	106	1719	524	708	191	6.42	7.42

День: Неделя: четверг вторая Сезон: Зоная категория: 12-18 лет															
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
	ЗАВТРАК														
302	каша геркулесовая	210	8.82	9.83	38.85	280.4	0.1	0.48	31	64	149	250	65	35	1.8
685	чай с сахаром	200	0.2	0.05	15	61.26	0.001	0.1	0.5	0.97	5	8	4	0.11	0.86
1	бутерброд с маслом	40	2.33	8.12	15.55	144.7	0.03		40	151	8	22	4	0.28	0.35
	яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	0.04	15		39	24	16	13	0.45	3.3
	ИТОГО	550	11.75	18.4	79.2	533.36	0.171	15.58	71.5	255	186	296	86	35.84	6.31
	ОБЕД														
160	суп молочн с макар изд	250	6.04	5.32	21.04	153.1	0.08	1	45	638	161	138	21	0.3	0.5
487	кура отварная	131	22.99	23.19	11.33	301.52	0.09	2	88	88	21	210	23	9	2
692	картофель отварной	180	3.65	5.07	29.42	205.26	0.1	30	21	395	19	89	34	1.9	1
631	компот из яблок	200	0.16	0.16	33.88	98.6	0.01	4		10	7	4	3	0.1	0.9
	огурец свежий	100	0.7	0.1	1.9	11	0.01	4		4	10	18	8	0.1	0.3
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	901	36.18	34.22	117.29	862.88	0.39	41	154	1602	239	544	108	12.25	6.7
	ОБЩИЙ ИТОГ	1451	47.93	52.62	196.49	1396.24	0.561	56.58	226	1857	425	840	194	48.09	13.01

День: пятница Сезон: Неделя: вторая Возрастная категория: 12-18 лет															
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														
11	сырник творожный	70	13.84	8.09	15.47	193.08	0.07			535	13.5	73	9.7	1.4	1
692	кофейный напиток	200	1.47	1.29	17.39	87.41	0.02	0.6	10	25	60	45	7	0.09	0.09
	ИТОГО	270	15.31	9.38	32.86	280.49	0.09	0.6	10	560	73.5	118	16.7	1.49	1.09
	ОБЕД														
25	салат степной	100	1.6	8.18	8.71	115.58	0.03	5		605	15	27	11	0.3	0.4
134	суп крестьянский со смет	250	5.75	9.75	16.72	170.47	0.06	20		408	28	86	25	1	1
377	котлета рыбная	100	11.68	8.16	16.28	174.99	0.08	0.8	28	49	24	192	27	2	0.5
511	рис отварной	180	4.41	6.45	47.94	269.33	0.03		30	350	8	90	30	0.9	0.4
693	компот из изюма	200	0.46	0.1	28.13	116.05	0.03			23.5	16.4	25	8	0.1	0.6
	хлеб дарницкий	20	1.12	0.22	9.88	46.4	0.05			218	11	53	12	0.4	1.5
	хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	0.05			249	10	32	7	0.45	0.5
	ИТОГО	870	26.54	33.02	137.5	939.82	0.33	25.8	58	1903	112.4	505	120	5.15	4.9
	ОБЩИЙ ИТОГ	1140	41.85	42.4	170.36	1220.31	0.42	26.4	68	2463	185.9	623	136.7	6.64	5.99