

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ СОШ № 3

01 ноября 2024 года

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор МУП "Комбинат питания г.Дзержинска"
Кузнецов О.В.
01 ноября 2024 год



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г.Дзержинска

№ 3, 9, 16, 18, 29, 33, 34, 40, 70, 71

с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированной программе
на 2024-2025 учебный год (возраст 7-11 лет)

Меню разработано на основе Сборника рецептур для общеобразовательных школ 2017г.
Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий 1999г.
Сборник химический состав блюд и кулинарных изделий 1994г.
Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области 2013 г.

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины												
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е													
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15													
Итого за завтрак															628	42,05	35,28	124,95	994,00	536,70	84,20	562,00	4,16	0,36	0,63	20,20	1,93
ОБЕД																											
№145/13	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	12,5/250/10	6,80	8,00	8,30	164,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20													
№342/13	Котлеты рыбные	100	15,8	12,6	15	226	52	20	182	1,6	0,1	0	0,06	4,6													
№461/13	Рис отварной	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20													
№73/17	Икра кабачковая д/г	100	0,90	4,80	7,30	76,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20													
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51													
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42													
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26													
	Итого за обед	912,5	34,47	33,20	124,47	939,00	178,30	119,15	448,80	6,08	0,44	24,12	0,77	9,39													
ПОЛДНИК																											
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	6,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80													
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20													
	Итого за полдник	300	12,34	6,34	66,57	373,70	73,67	18,67	121,34	1,67	0,13	2,00	0,04	1,00													
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1840,5	88,86	74,82	315,99	2306,70	788,67	222,02	1132,14	11,91	0,93	26,75	21,01	12,32													
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК																											
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20													
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	4,00	6,50	32,50	210,00	16,00	12,00	64,00	0,80	0,14	0,00	0,04	1,00													
№2/13	Сыр твердый	25	6,25	7,42	0,00	90,83	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20													
№209/17	Яйцо вареное	50	6,00	5,50	0,30	78,00	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00													
№272/13	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88													
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00													
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52													
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21													
	Итого за завтрак	790	30,75	34,12	148,90	1032,83	583,60	110,10	621,00	8,74	0,50	13,36	100,20	107,01													
ОБЕД																											
№154/13	Суп картофельный с крутой, с рыбами консервами	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50													
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55													
№469/13	Макаронны отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80													
ТТК	Капуста квашеная д/г	100	1,80	0,10	3,00	23,00	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86													
№342/17	Компот из свежих груш	200	0,20	0,2	28,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20													
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42													
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26													
	Итого за обед	940	32,19	37,72	119,76	915,00	194,30	108,77	454,30	7,33	0,58	18,88	0,24	53,59													

ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ
ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ С 05.11.2024г.

Наименование группы продуктов	Рекомендуемое количество продуктов(нето) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60% ед. изм.	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека										В среднем за 10 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Мясо	гр 42	84	63	0	62	20	67	24	65	20	90	495,0	49,5	117,9
Птица	гр 21	0	0	178	86	0	40	32	52	0	388,0	38,8	184,8	
Субпродукты	гр 18	0	98	0	0	0	88	0	0	0	186,0	18,6	103,3	
Рыба	гр 34,8	0	0	0	0	104	26	0	121	0	251,0	25,1	72,1	
Яйцо	гр 24	65	12	18	14	12	8	16	12	65	14	236,0	23,6	98,3
Молоко	гр 180	396	50	0	275	75	216	60	270	425	55	1822,0	182,2	101,2
Кисломолочные продукты	гр 90	0	0	0	0	110	0	110	0	0	110	330,0	33,0	36,7
Творог	гр 30	0	0	0	0	188	0	0	0	0	168	356,0	35,6	118,7
Сметана	гр 6	0	0	25	0	26	0	10	10	10	91,0	9,1	151,7	
Сыр	гр 6	20	20	8	0	0	20	0	0	20	0	88,0	8,8	146,7
Масло сливочное	гр 18	14	16	22	23	14	22	18	16	23	13	181,0	18,1	100,6
Масло растительное	гр 9	10	12	10	11	10	12	7	10	12	7	101,0	10,1	112,2
Макаронные изделия	гр 9	61	0	0	68	0	61	0	61	15	0	166,0	16,6	134,4
Крупы, бобовые	гр 27	36	73	56	10	41	41	73	56	12	0	398,0	39,8	147,4
Сахар	гр 18	18	20	18	16	22	19	20	18	18	18	187,0	18,7	103,9
Кондитерские и выпечные изделия	гр 6	49	0	0	0	28	0	36	0	0	0	113,0	11,3	188,3
Картофель	гр 112,2	50	75	40	205	70	75	210	130	140	130	1125,0	112,5	100,3
Овощи	гр 168	165	300	311	140	180	130	153	190	205	220	1994,0	199,4	118,7
Сухофрукты	гр 9	0	20	40	24,4	20	52	0	0	20	10	186,4	18,6	207,1
Чай	гр 0,6	1	0	2	0	1	0	1	1	1	1	8,0	0,8	133,3
Кофейный напиток, какао	гр 1,8	5	2	0	2	0	5	2	0	5	0	21,0	2,1	116,7
Фрукты	гр 111	0	42	238	48	42	46	320	215	0	246	1197,0	119,7	107,8
Сок	гр 120	200	200	0	200	0	200	0	200	0	0	1000,0	100,0	83,3
Соль	гр 1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	18,0	1,8	100,0
Мука	гр 9	31	28	31	28	28	28	28	28	31	28	189,0	18,9	210,0
Хлеб ржаной	гр 48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500,0	50,0	104,2
Хлеб пшеничный	гр 90	85	93	82	88	86	83	78	83	88	99	865,0	86,5	96,1