

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Дата



ИП Резяпова Е.Р.

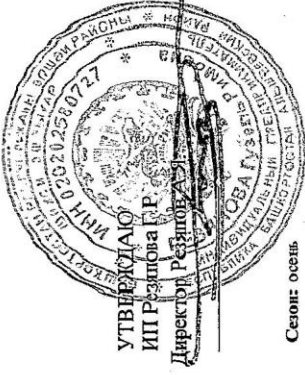
Директор



Примерное 2-х недельное меню
для организации питания обучающихся
с ОВЗ и инвалидов с 7 до 11 лет и
12 лет и старше
в муниципальных бюджетных
образовательных учреждениях
МР Альшеевский район РБ.
(осень)



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № 1
Директор



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резникова Р.Р.
Директор Резникова Р.Р.

Содержание меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Сезон: осень

Рацион: дети с
ОВЗ и дети-
инвалиды
(5-11 классы)

День: четверг

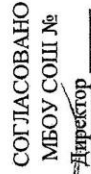
Сезон: осень

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	Стоимость	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
							Б	Ж	У			
завтрак												
1	5	115		завтрак	Помидоры порционные	40			1	5	115	
22	140	107,08			Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
2	215	187			Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
11	39	102,04			Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
24	123	207			Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
60	522		69,57		Итого за завтрак		550	20	10	64	546	
обед												
4	61	26,08		обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08	
37	204	77,01			Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
2	94	29,12			Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	488,1	
10	40	303			Кисель из концентрата	200			10	40	303	
24	123	207			Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
77	522		78,02		Итого за обед		800	25	24	96	672	
137	1044		147,59	Итого за день		1350	45	34	160	1218		164,46



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор _____



УТВЕРЖДАЮ:
ИП Резникова Г.
Директор Резникова Г.

Сезон: осень

Сезон: осень

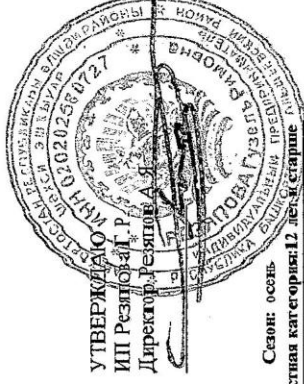
Рацион: дети с
ОВЗ и дети-
инвалиды
-(5-11 классы)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур б/ы	Стоимость
			г					
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из говядины	180	13	16	37	341	461,11	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		570	18	17	83	550		76,36
обед								
	Помидоры порционные	60	1		2	11	171	
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Овощное рагу с мясом	200	16	20	16	291	133,21	
	Пастила Пастилушка	24	1		14	63	220	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		804	29	30	95	697		88,10
Итого за день		1374	47	47	178	1247		164,46



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резников А. Я.
Директор Резников А. Я.

Формирование меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Сезон: осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети с
ОВЗ и дети-
инвалиды
(5-11 классы)

День: вторник
Неделя: 2

Сезон: осень
Возрастная категория: 12 лет и старше

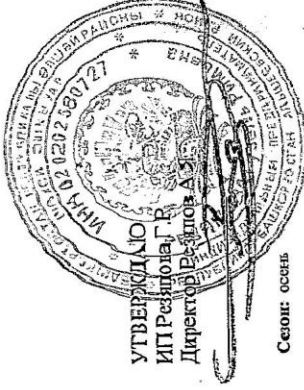
Единица измерения (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт уры	Стоимость
39	265	65	
	229	521	
2	22	593,05	
21	89	102,03	
24	123	207	
86	728		69,57
30	161	33,15	
22	140	107,08	
12	194	486,01	
2	22	593,05	
10	42	94,02	
24	123	207	
100	682		78,02
186	1410		147,59

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		555	34	26	93	758		76,36
обед	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
Итого за обед	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
		809	24	26	121	790		88,10
Итого за день		1364	58	52	214	1548		164,46



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №

ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.

ное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Ранний: дети с
ОВЗ и дети-
инвалиды
(5-11 классы)

День: понедельник

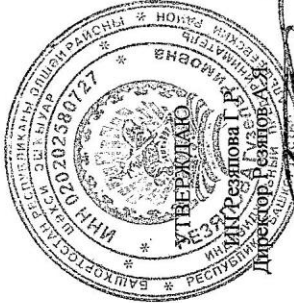
Сезон: осень

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 2 Возрастная категория: 12 лет и старше

Вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
37	204	77,01	
	163	192	
2	22	593,05	
10 ^а	42	94,02	
50	155	3,04	
99	586		69,57
8	73	10,07	
40	222	155	
4	114	47,31	
11	39	102,04	
24	123	207	
87	571		78,02
186	1157		147,59

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Сосиска Детская	55	6	15		163	192	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	552	18	22	107	635		76,36
обед	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Гуляш из мяса кур	40/50	12	16	4	174	47,32	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
	Итого за обед	810	29	32	99	695		88,10
Итого за день		1362	47	54	206	1330		164,46



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор

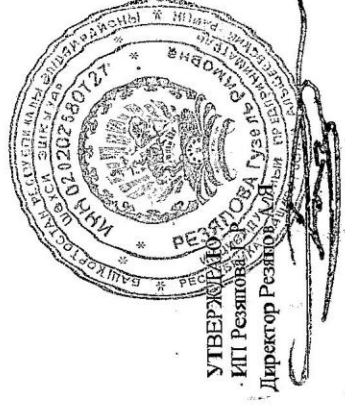


УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапов
Директор Резапов

Суточное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Сезон: осень
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: пятница
Неделя: 1
Сезон: осень
Возрастная категория: 12 лет и старше

Вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	Стоимость	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	№ рецептур ы	Стоимость
							Б	Ж	У				
завтрак													
33	217	74,02			Каша молочная "Дружба"	180/4,5	6	8	33	217	74,02		
10	42	94,02			Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
50	155	3,04			Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04		
14	66	101,02			Фрукты	140	1	1	14	66	101,02		
107	480		69,57		Итого за завтрак	596,5	11	9	107	480			76,36
обед													
11	81	27,09			Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1		
37	204	77,01			Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02		
12	194	486,01			Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01		
2	22	593,05			Соус томатный	30		1	2	22	593,05		
11	39	102,04			Чай витаминный	200/5			11	39	102,04		
24	123	207			Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208		
97	663		78,02		Итого за обед	810	24	26	117	777			88,10
204	1143		147,59		Итого за день	1406,5	35	35	224	1257			164,46



УТВЕРЖАЮ:
ИП Резяпова Г.
Директор Резяпов

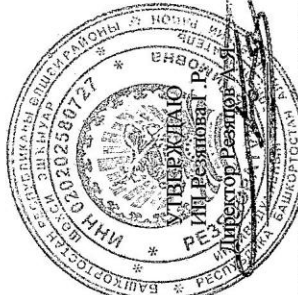
ность приготавливаемых блюд (лист 4)

**Рацион: дети с
ОВЗ и дети-
инвалиды**

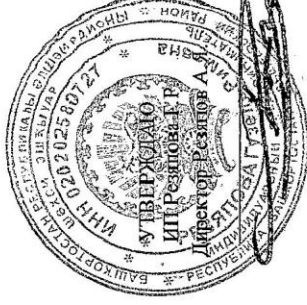
Сезон: осень

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	В			
завтрак									
	Помидоры порционные	40			1	5	115		
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1		
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		76,36
Итого за завтрак			16	15	76	504			
обед									
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65		
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521		
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05		
	Кисель из концентрата	200			10	40	303		
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208		
Итого за обед			812	42	32	126	948		88,10
Итого за день			1367	58	47	202	1452		164,46



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор



Содержание меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы) Сезон: осень
День: среда
Неделя: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

Вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
30	320	64,18	
14	63	220	
11	39	102,04	
29	148	99	
84	577		69,57
8	73	10,07	
37	204	77,01	
	163	192	
2	22	593,05	
9	36	92,04	
27	135	207,01	
83	633		78,02
167	1210		147,59

(3-11 классы)								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Огурцы свежие порционные	60				7	469,01	
	Плов из мяса кур	200	13	21	48	389	64,2	
	Пастыла Пастулушка	25	1		14	63	220	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	60	5	1	29	148	99	
Итого за завтрак		550	19	22	102	646		76,36
обед								
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Сосиска Детская	55	6	15		163	192	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		800	24	32	99	731		88,10
Итого за день		1350	43	54	201	1377		164,46

СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор _____



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор _____



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554,5	16	11	111,6	594,5		69,57
обед	Огурцы соленные	30			1	4	494	
	Свекольник	200/8	4	8	14	96	36,06	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		719	19	22	92	598		78,02
Итого за день		1273,5	35	33	203,6	1192,5		147,59

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554,5	16	11	111,6	594,5		76,36
обед	Огурцы соленные	40			1	5	494	
	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36,07	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		801	22	24	105	667		88,10
Итого за день		1355,5	38	35	208	1245		164,46

СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор _____



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор _____



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист1)

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

День: понедельник

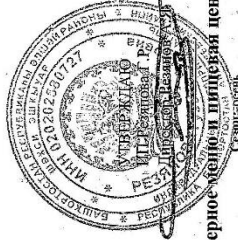
Сезон: осень

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		504	20	18	98	693		69,57
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2	7	4	49	26,09	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Пастила Пастилушка	25	1		14	63	220	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		707	22	17	75	630		78,02
Итого за день		1211	42	35	173	1323		147,59

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак		550	22	21	108	735		76,36
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	40/50	12	4	2	215	187	
	Пастила Пастилушка	25	1		14	63	220	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		799	24	18	85	691		88,10
Итого за день		1349	46	39	193	1426		164,46



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Т.Р.
Директор

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

О. В. Д. 3 и дети-инвалиды
День: пятница
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классов)
День: пятница
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность блюда (ккал)	№ рецепт ура	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
Каша пшенная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак	554,5	16	12	77,6	469,5	486,2	69,57
Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед	712	35	31	85	760		78,02
Итого за день	1266,5	40	34	97,6	844,5		147,59
Итого за период	12447,5	396	385	1687	11677		
В среднем за период	1244,75	40	38,5	168,7	1167,7		

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность блюда (ккал)	№ рецепт ура	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
Каша пшенная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак	554,5	22	20	89	627		76,36
Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед	815	39	34	104	855		88,10
Итого за день	1369,5	44	37	116,6	939,5		164,46
Итого за период	13636	441	422	1909	12833		
В среднем за период	1363,6	44,1	42,2	190,9	1283,3		