

ГБОУ Билебеевская кор.шк.

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Комбинат питания"

Директор Багаутдинов С.Б.

Сезон:

осень-зима

Категория:

ОВЗ+ИНВ, СВО 7-11л

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

СОГЛАСОВАНО

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20



Директор ТООУ Билебеевская
коррекционная школа
для обучающихся с ОВЗ
М.М.Минаева
05.09.2025г.

День 1

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Мg	Р	Fe	І	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ШМ08003	Макаронные изделия с тертым сыром	150/22 //8	13,4	12,8	32,2	293		0,07	0,15			225,34	19,27		0,91			
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДП0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/50	2,15	0,5	28	130						1,3	0,35		0,03			
ДП***15	Масло порционное	8		4		62						0,96			0,016			
ДК00340	Яблоки	100	0,3	0,4	2,5	48		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в Завтрак 1	538	15,95	17,73	71,8	568		0,1	10,15			243,86	28,62	11	3,186			
	Обед																	
ДП00240	Салат из свеклы с изюмом	60	0,7	3,6	16,26	23		0,01	0,39			14,41	8,44		0,54			
ДЕ2760Е	Суп из овощей со сметаной	205	2,19	4,96	12,54	155		0,08	9,94			25,5792	23,9167		0,8896			
ДП*0194	Плов из курицы(филе курицы)	180	15,1	18,4	23,4	324		0,14	2,09			39,34	64,6		3,54			
ДП00122	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68		0,01	1,6			6,03	3,13		0,8			
кр00000	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,5	0,45	25,2	171						0,78	0,21		0,018			
кр**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	4,41	0,14	17,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	705	24,1	27,65	111,9	863		0,29	14,31			94,5917	107,7067		6,2676			
	Всего в день		40,05	45,38	183,7	1 431		0,39	24,46			338,4517	136,3267	11	9,4536			

Дата: 05.09.2025

Стр: 1

Сезон: осень-зима
Категория: ОВЗ+ИНВ 7-11л

День 2

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДЕ00101	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	180/5	6	11,8	34,55	228		0,06	0,46			105,1256	30,0325		0,4805			
ДП00062	Какао с молоком	200	7,1	4,3	13,7	100		0,03	0,52			110,37	26,97		0,88			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
ДТ00*8*	Апельсин ШТ	1/180	1,15		7,27	64		0,07	103,68			58,752	22,464	39,744	0,5184			
	Всего в Завтрак 1	595	17,25	16,4	72,32	475		0,16	104,66			275,0276	79,6765	39,744	1,8969			
	Обед																	
Ш301020	Салат Степной	60	0,52	2,8	4,43	40		0,04	1,72			10,7325	10,8975		0,3375			
СУ02000	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	4,7	3,7	19,68	120		0,06	5,36			12,46	17,99		0,68			
ДП*0043	Жаркое по-домашнему с филе кур	140/40	12,77	13,87	11,3	245		0,07	1,75			22,52	24,18		2,15			
ДТ**012	Компот из смеси сухофр.	200	0,1	0,05	35	115		0,01	0,13			25,13	15,89		0,52			
кр00000	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,5	0,45	25,2	171						0,78	0,21		0,018			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	705	26,12	27,2	117,91	813		0,23	9,25			80,075	76,5775		4,1855			
	Всего в день		43,37	43,6	190,23	1 288		0,39	113,91			355,1026	156,254	39,744	6,0824			

Сезон: **осень-зима**
 Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 3

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДН00045	Запеканка из творога со сгущёнкой	150	15,67	18,98	35	340		0,07	0,46			221,9809	31,8263		0,6382			
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДП000*5	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/60	2	0,6	38	156						1,56	0,42		0,036			
ДК00340	Яблоки	100	0,3	0,4	2,5	48		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в Завтрак 1	510	18,07	20,01	84,6	579		0,1	10,46			239,8009	41,2463	11	2,9042			
	Обед																	
ДП03229	Салат из белокач.кап.новый урожай//	60	0,61	0,95	7,9	68		0,02	30			37,57	13,69		0,6			
ДП0286А	Суп картофел.с крупой рисовой	200	2,5	5,8	16,8	125		0,05	4,2			9,48	14,4		0,55			
ДНП024*	Биточки рыбные с соусом томатным	50/40	9,91	11,46	4,25	164		0,01	1,24		49,009	7,8542	6,5318	13,5624	0,2228	0,0005		0,0062
НУ06003	Картофельное пюре	150	6,08	4,92	27	148		0,12	10,4			35,62	28,6		1,04			
ДП0033/	Чай с сахаром и лимоном	200	0,19		9,3	37			1,08			2,6377	0,7053		0,058			
кр00000	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,5	0,45	25,2	171						0,78	0,21		0,018			
кр**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	4,41	0,14	17,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	760	25,2	23,72	107,75	835		0,25	47,21		49,009	102,3944	71,5471	13,5624	2,9688	0,0005		0,0062
	Всего в день		43,27	43,73	192,35	1 414		0,35	57,67		49,009	342,1953	112,7934	24,5624	5,873	0,0005		0,0062

Сезон: **осень-зима**
 Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 4

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ШМ07015	Каша молочная "Дружба"	180/5	10,66	12,7	29,5	209		0,1	0,47			112,38	32,72		0,71			
ДП00317	Сыр порционный	10	4,6	3		64		0,01	0,21			264	10,5		0,3			
СУ13/03	Чай с сахаром и молоком	200	0,6	1,1	11,3	59		0,01	0,26			53,06	6,09		0,07			
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267			
ДП00149	Мандарины	100	0,2	0,2	7,5	48		0,06	38			35	11		0,1			
	Всего в Завтрак 1	535	19,26	17,4	67,1	484		0,18	38,94			465,48	60,59		1,2067			
	Обед																	
ДП00028	Винегрет овощной	60	3,45	2,43	4,3	33		0,02	3,11			13,94	9,7		0,41			
ЯЗ*2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	2,3	4,3	11,1	113		0,03	6,41			23,7523	16,385		0,7783			
П000370	Гуляш из куриной грудки	90	12,74	12,06	33,03	240		0,11	12,62			41,52	49,62		3,048			
Д*00144	Макаронные изделия отварные	150	0,33	2,04	12,22	149		0,06				9,0097	7,0742		0,7162			
ДП0*041	Напиток мандариновый	200	0,1	0,1	8,9	36												
кр00000	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,5	0,45	25,2	171						0,78	0,21		0,018			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	765	26,95	27,71	117,05	864		0,27	22,43			97,4545	90,3992		5,4505			
	Всего в день		46,21	45,11	184,15	1 348		0,45	61,37			562,9345	150,9892		6,6572			

Сезон: **осень-зима**
Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 5

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
СУ02026	Суп молочный с крупой гречневой	200	4,4	1,03	16,4	212		0,06	0,52			111,464	20,536		0,752			
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДУ01002	Бутерброд с маслом	30/8	2,8	6,88	14,6	146		0,05				8,1	9,9		0,61			
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
ДК123**	Кекс с начинкой для детского питания	35	8,05	11,41	20	125												
	Всего в Завтрак 1	573	15,65	19,75	73,9	586		0,14	10,52			135,824	39,436	11	3,592			
	Обед																	
ДЗ00003	Нарезка из св. огурцов	60	0,53	0,05	1,65	9		0,02	2,69			14,3413	8,1813		0,3675			
ДП*0281	Суп картофельный с клецками	200	1,92	2	11,6	74		0,04	3,68			8,63	12,08		0,47			
СЗ*4000	Котлеты из филе кур.с том.соусом	50/40	9,5	12,36	17,62	227		0,07	0,79			27,288	28,224		2,664			
ДП00063	Капуста тушеная	150	4,91	6,01	31,13	113		0,05	24,7			76,95	29,5		1,13			
ШМ13018	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	200			15	76						0,48			0,06			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	760	26,39	27,05	116,1	704		0,23	32,15			136,9218	85,6053		5,1895			
	Всего в день		42,04	46,8	190	1 290		0,37	42,67			272,7458	125,0413	11	8,7815			

Сезон: **осень-зима**
 Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 6

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДП*0074	Каша гречневая вязкая с маслом	180	8,9	13,9	22,95	258		0,19	0,44			107,4732	95,7074		2,9941			
ДП00317	Сыр порционный	10	4,6	3		64		0,01	0,21			264	10,5		0,3			
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДП0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/50	2,15	0,5	28	130						1,3	0,35		0,03			
ДТ00*8*	Апельсин ШТ	1/180	1,15		7,27	44		0,07	103,68			58,752	22,464	39,744	0,5184			
	Всего в Завтрак 1	620	16,9	17,43	67,32	531		0,27	104,33			431,7852	129,0214	39,744	3,8725			
	Обед																	
ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,2	5,2	5,5	51		0,01	1,12			20,64	11,2		0,72			
ДП*002*	Суп картофель.с бобовыми	200	2,94	1,74	14,94	112		0,18	3,68			24,88	30		1,7734			
ДП*0170	Куриное филе, тушеное с овощами	30/60	10,32	8,77	22,99	340		0,05	0,52			216			0,945			
ОГ***1	Рис припущенный	150	1,2	3,33	13,87	89	12 000	0,01				4,67	2	8,4	0,16			
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	760	25,29	25,7	105,5	832	12 000	0,3	5,61			275,6825	50,82	8,4	4,1264			
	Всего в день		42,19	43,13	172,82	1 363	12 000	0,57	109,94			707,4677	179,8414	48,144	7,9989			

Сезон: осень-зима
Категория: ОВЗ+ИНВ 7-11л

День 7

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДЗ*0900	Омлет натуральный	150	12	13,57	34,48	280		0,06	0,21			100,025	16,8		2,5			
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДПО005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/50	2,15	0,5	28	130						1,3	0,35		0,03			
ДПО0151	Масло порционное	10		5		16						1,2			0,02			
ДПО0149	Мандарины	100	0,2	0,2	7,5	48		0,06	38			35	11		0,1			
	Всего в Завтрак 1	510	14,45	19,3	79,08	509		0,12	38,21			137,785	28,15		2,68			
	Обед																	
Дс00***	Салат "Школьный"	80	1,2	4	18,7	80		0,02	3,52			21,8534	14,4		0,7466			
ШЗ02002	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	3,05	7,25	15,37	91		0,04	9,6			25,456	15,272		0,56			
ДП***32	Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным	60/30	9,08	4,74	17,58	203		0,02	0,38			9,6709	14,4982		0,6218			
ДПО10АА	Каша ячневая вязкая	150/4	3,89	5	20	184		0,1	0,37			110,19	25,39		0,67			
ДП*0035	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,03	6,5	38			1,12			2,73	0,73		0,06			
ДПО00*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	789	26,95	27,65	117,25	801		0,23	15,28			179,1328	77,9102		3,1564			
	Всего в день		41,4	46,95	196,33	1 310		0,35	53,49			316,9178	106,0602		5,8364			

Сезон: **осень-зима**
 Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 8

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ШМ02019	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,8	15,44	42	294		0,06	0,65			135,61	18,01		0,39			
ДП**334	Чай витаминизированный	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДП00317	Сыр порционный	10	4,6	3		64		0,01	0,21			264	10,5		0,3			
кр0005*	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/50	7,9	8,7	28	130						1,3	0,35		0,03			
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в Завтрак 1	610	20,7	27,57	92,9	591		0,1	10,86			417,17	37,86	11	2,95			
	Обед																	
ДП00231	Салат из моркови	60	0,5	3,1	3,5	10		0,01	2,3			12,29	7,02		0,32			
ДП*0284	Суп картофел.с крупой гречневой	200	4,2	9,34	27,6	154		0,05	4,2			9,48	14,4		0,55			
Кр*500*	Котлеты "Нежные" с соусом	90	10,36	6,03	4,95	167		0,04	0,4			13,644	14,112		1,332			
СУ06003	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20	138		0,12	10,4			35,62	28,6		1,04			
ДП00122	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68		0,01	1,6			6,03	3,13		0,8			
кр00000	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,5	0,45	25,2	171						0,78	0,21		0,018			
кр**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	4,41	0,14	17,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	760	24,25	24,08	115,75	830		0,28	19,19			86,2965	74,882		4,54			
	Всего в день		44,95	51,65	208,65	1 421		0,38	30,05			503,4665	112,742	11	7,49			

Сезон: **осень-зима**
Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 9

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
кр07032	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200	8,25	12,77	31,75	236		0,06	0,49			113,8341	32,5268		0,5268			
ДП00317	Сыр порционный	10	4,6	3		64		0,01	0,21			264	10,5		0,3			
ДП*0035	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,03	6,5	38			1,12			2,73	0,73		0,06			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в Завтрак 1	540	16,35	16,5	68,85	489		0,1	11,82			397,3441	52,9668	11	3,1048			
	Обед																	
ЯУ0103*	Икра свекольная	60	0,77	3,35	16,4	65		0,02	2,01			17,7	12,225		0,72			
СУ02022	Суп крестьянский с крупой	200/5	3,3	3,5	29,9	214		0,04	6,4			18,66	13,75		0,51			
ДП*0043	Жаркое по-домашнему с филе кур	140/40	12,77	13,87	11,3	245		0,07	1,75			22,52	24,18		2,15			
ДП0015*	Напиток апельсиновый	200	0,2		19,8	77		0,01	5,28			7,11	2,49		0,11			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	705	26,57	27,35	116,5	806		0,19	15,73			75,2225	60,265		3,988			
	Всего в день		42,92	43,85	185,35	1 295		0,29	27,55			472,5666	113,2318	11	7,0928			

Сезон: **осень-зима**
 Категория: **ОВЗ+ИНВ 7-11л**

День 10

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДП00099	Каша овсяная молочная жидкая с маслом	150/4	12	15,37	19,95	241		0,15	0,38			104,9697	42,2043		1,1987			
СУ13/0*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	35						0,26			0,03			
ДП00198	Повидло	10			6,1	24												
ДП00007	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3,2	0,4	18,8	104						1,04	0,28		0,0267			
ДП00340	Яблоки	100	0,3	0,4	13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в Завтрак 1	504	15,6	16,2	67,75	472		0,18	10,38			122,2697	51,4843	11	3,4554			
	Обед																	
ДП00028	Винегрет овощной	60	3,45	2,43	4,3	33		0,02	3,11			13,94	9,7		0,41			
ДП00287	Суп картофель.с лапшой домашней	200	0,8	1,2	23,7	78		0,07	5,28			12,08	16,75		0,69			
Дс*179А	Фрикадельки из кур(филе курицы)с том.соусом	90	7,14	10	7,83	216												
ДП*0075	Каша гречневая вязкая с маслом	150	6,58	7,58	27,07	195		0,16	0,37			89,561	79,7562		2,4951			
ДП00162	напиток яблочно-лимонный	200	0,2	0,2	22,8	92		0,01	3,12			10,03	4,65		1,05			
ДП000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	1/20	2	0,2	11,2	83						0,52	0,14		0,012			
Пд**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	6,53	6,33	22,3	122		0,05	0,29			8,4525	7,41		0,48			
	Всего в Обед	750	26,7	27,94	119,2	819		0,31	12,17			134,5835	118,4062		5,1371			
	Всего в день		42,3	44,14	186,95	1 291		0,49	22,55			256,8532	169,8905	11	8,5925			
	Итого		428,7	454,34	1 890,53	13 471	12 000	4,03	543,66		49,009	4 128,7017	1 363,1705	167,4504	73,8583	0,0005		0,0062
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		12,73	30,35	56,14													