

ОВЗ, СВО 1-4 Кл.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ с. Юмашево
Мустафина Р. И.

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
ОБЕД																		
2020	63	Шу из свежей капусты 63	250	8,43	2,10	6,30	10,60	107,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2020	161	Пюре из картофеля с соусом 161	100	37,96	9,90	6,70	6,40	131,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2020	300	Чай с сахаром 300	200	2,78	0,10	0,00	12,00	48,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2014	ДОДАА19	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	200	21,66	4,20	9,40	36,30	243,30	0,20	8,30	0,00	0,00	0,00	19,10	0,00	0,00	1,70	
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60	
		ПЕЧЕНЬЕ	50	13,00	5,00	2,50	45,00	208,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,80	0,00	0,00	0,90	
Итого за прием пищи:				86,95	24,50	25,30	132,40	842,80	0,30	8,30	0,00	0,00	0,00	41,80	7,00	0,00	3,20	
Всего за день:				86,95	24,50	25,30	132,40	842,80	0,30	8,30	0,00	0,00	0,00	41,80	7,00	0,00	3,20	
Сбалансированность:					1	1,0	5,4											

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
ОБЕД																
2020	37	Борщ с капустой и картофелем 37	250	8,95	1,90	6,70	10,80	111,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ПЮРЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	210	46,17	37,20	45,30	41,10	747,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2020	282	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 282	200	6,72	0,20	0,00	15,00	60,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60
Итого за прием пищи:																
Всего за день:				64,96	42,50	52,40	88,90	1 022,80	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60
Сбалансированность:				64,96	42,50	52,40	88,90	1 022,80	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60

3 день

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ с-Юмашево
Муштафина Р. И.

3 день																
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
ОБЕД																
2020	46	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 46	250	7,08	3,80	3,30	16,80	111,90	0,10	11,50	0,00	0,00	16,00	17,60	0,00	0,70
2020	189	Макаронные изделия 189	100	46,54	10,70	11,70	5,70	176,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2020	227	Отварные изделия 227	200	9,74	7,40	7,10	47,10	281,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2020	274	Хлеб пшеничный 274	200	3,49	0,00	0,00	23,50	95,00	0,30	20,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	1,1	обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60
Итого за прием пищи: ПЕЧЕНЬЕ			20	5,20	1,50	1,90	14,50	80,90	0,00	0,00	0,00	0,00	5,20	3,60	16,20	0,40
Всего за день:				75,17	26,50	24,40	129,70	850,10	0,40	31,60	0,00	0,00	31,20	28,20	16,20	1,60
Сбалансированность:				75,17	26,50	24,40	129,70	850,10	0,40	31,60	0,00	0,00	31,20	28,20	16,20	1,60
					1	0,9	4,9									

4 день

Сборник рецептов		№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
ОБЕД																		
2020	56	56	Котлеты куриные с томатным соусом п/ф	250	7,61	2,50	4,90	13,90	109,40	0,10	1,50	0,00	0,00	15,60	9,00	0,00	0,50	
2020	219		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 219	60/40	43,04	11,00	12,50	7,50	186,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2020	300		Чай с сахаром 300	150	10,35	8,70	5,40	45,00	264,00	0,20	0,00	0,00	0,00	13,50	90,20	0,00	3,10	
	1,1		Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	200	2,78	0,10	0,00	12,00	48,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:				40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60	
Всего за день:					66,90	25,50	23,20	100,50	712,10	0,30	1,50	0,00	0,00	39,10	106,20	0,00	4,10	
Сбалансированность:					66,90	25,50	23,20	100,50	712,10	0,30	1,50	0,00	0,00	39,10	106,20	0,00	4,10	
						1	0,9	3,9										

5 день

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ с. Юмашево
Муштафина Р. И.

5 день																	
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
ОБЕД																	
2020	45	Суп картофельный с бобовыми 45	250	7,41	2,30	3,90	13,60	99,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2020	283	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 283	200	5,28	0,60	0,00	27,90	113,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,10	
2020	214	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 214	175	45,46	15,40	19,60	18,20	309,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60	
		ПЕЧЕНЬЕ 36 ГР	36	9,36	2,60	3,40	26,00	145,60	0,00	0,00	0,00	0,00	9,40	6,50	29,20	0,70	
Итого за прием пищи:				70,63	24,10	27,30	107,70	771,60	0,10	0,00	0,00	0,00	20,00	13,50	29,20	1,30	
Всего за день:				70,63	24,10	27,30	107,70	771,60	0,10	0,00	0,00	0,00	20,00	13,50	29,20	1,30	
Сбалансированность:					1	1,1	4,5										

5

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
ОБЕД																
2008	233	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ СУП КАРТОФЕЛЬНЫИ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 47	100	9,32	2,30	7,60	13,60	119,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2020	47	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ	250	8,45	2,80	2,90	21,80	124,10	0,00	6,60	0,00	0,00	13,70	0,00	0,90	
	КШП	КАПУСТА ТУШЕНАЯ №140	60/40	48,00	9,20	13,00	10,70	197,00	0,00	0,30	0,00	0,00	7,40	11,10	0,00	
2020	300	Чай с сахаром 300	180	23,92	3,90	4,90	17,00	127,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	200	2,78	0,10	0,00	12,00	48,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	1,1		40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	
Итого за прием пищи:				95,59	21,50	28,70	97,10	720,30	0,10	6,90	0,00	0,00	31,10	18,10	0,00	
Всего за день:				95,59	21,50	28,70	97,10	720,30	0,10	6,90	0,00	0,00	31,10	18,10	0,00	
Сбалансированность:					1	1,3	4,5									

6

7 день

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ с. Юмашево
Муштафина Р. И.

Сборник рецептур		№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Е, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг
ОБЕД																	
2020	43	СВЕКОЛЬНИК 43	250	11,34	1,90	6,30	10,10	104,20	0,10	17,20	0,00	0,00	44,30	30,70	0,00	1,50	
2020	189	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 189	100	46,54	10,70	11,70	5,70	176,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2020	241	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 241	200	26,49	4,30	8,10	31,00	215,00	0,20	13,90	0,00	0,00	47,40	0,00	0,00	1,40	
2020	286	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 286	200	13,28	2,80	3,20	19,70	118,70	0,00	0,50	0,00	0,00	105,90	0,00	0,00	0,10	
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60	
Итого за прием пищи:				100,77	22,90	29,70	88,50	718,60	0,30	31,60	0,00	0,00	207,50	37,70	0,00	3,60	
Всего за день:				100,77	22,90	29,70	88,50	718,60	0,30	31,60	0,00	0,00	207,50	37,70	0,00	3,60	
Сбалансированность:					1	1,3	3,9										

8 день

8 день																		
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
ОБЕД																		
2020	45	Суп картофельный с бобовыми 45	250	7,41	2,30	3,90	13,60	98,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Котлеты куриные с томатным соусом п/ф	60/40	43,04	11,00	12,50	7,50	186,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
2020	227	Макаронные изделия отварные 227	200	9,74	7,40	7,10	47,10	281,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
2020	282	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 282	200	6,72	0,20	0,00	15,00	60,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,60			
Итого за прием пищи:				70,03	24,10	23,80	105,20	731,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,60			
Всего за день:				70,03	24,10	23,80	105,20	731,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,60			
Сбалансированность:					1	1,0	4,4											

9 день

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ с. Юмашево
Мустафина Р. И.

9 день															
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества		
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг
ОБЕД															
2020	51	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУТОЙ 51	250	7,48	2,30	7,70	15,40	140,60	0,10	8,00	0,00	0,00	23,30	0,00	0,60
2020	161	Пюре картофельное с соусом 161	100	37,96	9,90	6,70	6,40	131,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2020	219	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 219	150	10,35	8,70	5,40	45,00	264,00	0,20	0,00	0,00	0,00	13,50	90,20	0,00
2016	15,3	ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3	200	15,38	0,00	0,00	23,50	95,00	0,30	20,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00
Итого за прием пищи:				74,29	24,10	20,30	112,30	734,60	0,60	28,10	0,00	0,00	46,80	97,20	0,00
Всего за день:				74,29	24,10	20,30	112,30	734,60	0,60	28,10	0,00	0,00	46,80	97,20	0,00
Сбалансированность:					1	0,8	4,7								

10 день

Сборник рецептов		№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
						Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
ОБЕД																		
2020	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 44	250	11,57	1,90	5,90	12,60	115,20	0,10	30,00	0,00	0,00	40,90	20,80	0,00	0,80		
		ПЮРЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	210	46,17	37,20	45,30	41,10	747,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
2020	300	Чай с сахаром 300	200	2,78	0,10	0,00	12,00	48,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,12	3,20	0,40	22,00	104,00	0,10	0,00	0,00	0,00	10,00	7,00	0,00	0,60		
	КШП	АССОРТИМЕНТЕ)	200	28,00	2,00	0,20	5,80	99,00	0,10	20,00	0,00	0,00	14,00	24,00	0,00	1,40		
Итого за прием пищи:					91,64	44,50	51,80	93,50	1114,00	0,20	50,00	0,00	0,00	64,90	51,80	0,00	2,70	
Всего за день:					91,64	44,50	51,80	93,50	1114,00	0,20	50,00	0,00	0,00	64,90	51,80	0,00	2,70	
Сбалансированность:						1	1,2	2,1										