



ДИРЕКТОР
МКОУ ЛЕМЕШИНСКАЯ СОШ
О.М. БОЛЫГЕВА



Примерное 2-х дневное меню на горячее питание
для учащихся с ограниченными возможностями здоровья с 1 по 4 класс (7-11 лет),
для муниципальных общеобразовательных школ

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт питания и

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Монькиной и В.А. Тутельяна. -

М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. -

М.: Хлебпромдизформ, 2004. - 640с.

Тутельян В.А.

обитания".

Среднестатистические нормы пищевой продукции для организации питания (мпитивальные) СанПиН 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПиН 2.3.12.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - йодированная соль, морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



МКОУ
Сельскохозяйственная
школы
Солдатского

ДИРЕКТОР
МКОУ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ
ШКОЛА СОЛДАТСКОГО РАЙОНА
ОМ БОДЫГЕВА

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Королёв Е. Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У				
Дети /неделя 1: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет			
Завтрак								
каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	200	7,55	9,74	28,67	232,54	181/2017м		36
блинчики (оладьи) с молоком стученым	70	4,80	4,78	14,26	119,26	399/2017м		25
какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	54-21м/2022м		20
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м		25
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м		3,64
Итого за _Завтрак	600	19,78	18,82	79,89	570,66			109,64
2 завтрак								
макаронны отварные с сыром	150	10,9	7,9	26,6	221,1	389/2017м		23,62
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4м/2022		20
Итого за 2 завтрак	350	13,21	9,25	42,50	302,10			43,62
Всего за Понедельник	950,00	32,99	28,07	122,39	872,76			153,26



ДИРЕКТОР
МКОУ ДЕНЕШНИНСКАЯ СОШ

ОМ БОДАЛЕВА

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е. Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рсц.	цена руб/л
		Б	Ж	У			
День 2/неделя 1: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак							
капустяк квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	52,5	47/2017 м	25
рыба, тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	229/2017 м	42
каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	4,80	36,50	203,50	171/2017 м	24
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	63,57	701/2010 м	3,64
компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,20	54-1м/2022 м	15
Итого за завтрак	540	21,70	17,98	83,37	576,13		109,64
Завитрак							
каша молочная гречневая	150	6,75	6,05	25	181,45	183/2017 м	21,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010 м	3
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3м/2022 м	19
Итого за подзник	370	9	6	45	272		43,62
Всего за Вторник	910	30	24	129	848		153,26



ДИРЕКТОР
МКОУ ДЕМИДОВСКАЯ СОШ
ОМ БОДЫЛЕВА



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реч.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 1: Четверг	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

консервы закусочные (исфа кабачковая)	60	1,623	2,82	8,72	66,6	101/2004л	17
тофтели "Оригинальные" из п/ф	100	8,52	12,30	6,30	169,98	ТН 77-5	40
соус сметанный с томатом	20	0,3	0,99	1,40	16,02	331/2017м	10
горошина	150	8,87	3,73	33,80	204,00	54-21л/2022н	19
хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	63,57	701/2010м	6,64
чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2лн/2022н	17
Итого за завтрак	560	21,92	20,14	75,10	562,49		109,64
2 завтрак							
рагу из овощей	150	2,2	7,4	13,6	133,4	143/2017м	20,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4лн/2022н	20
Итого за 2 завтрак	370	6,09	8,95	39,16	261,15		43,62
Всего за Четверг	930,00	28,01	29,09	114,26	823,64		153,26



МКОУ
«Педучасток № 1»
Средняя общеобразовательная школа № 1
Павлодарской области

Директор

ДИРЕКТОР
МКОУ «ПЕДУЧАСТИК № 1»
СОШ

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

/Кортоножко Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубль
		Б	Ж	У			
День 5/неделя 1: Пятиница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68	52/2017м	23
гречка по русски с маслом	200	13,20	17,80	30,00	333,00	458/2002г	65
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м	6,64
компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342/2017м	15
Итого завтрак	510	18,15	22,06	86,99	620,18	701/2010м	109,64
Итого за неделю в среднем завтрак	554	20	19	79	567		

2 завтрак

рис с овощами	150	4,51	6,65	30,4	199,51	379/2017м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	54-23м/2022м	24
Итого за 2 завтрак	370	9,26	9,53	56,01	346,86		43,62
Всего за Пятиницу	880	27,41	31,59	143,00	967,04		153,26
Итого за неделю в среднем 2 завтрак	366,00	9,91	8,68	44,75	295,76		



ДИРЕКТОР
МКОУ ДЕМЕШИНСКАЯ СОШ



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Кортономко Е.Ю.

Наименование бюджета	Вес бюджета	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рел.	цена руб/лн
		Б	Ж	У			
День 1/неделя 2: Понедельник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак							
каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,25	10,26	30,50	233,34	182/2017м	40
кондитерское изделие (Чюко Пай)	40	7,20	8,90	15,80	171,80	П.Г	26
фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	25
хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,64
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн/2022н	14
Итого за завтрак	580	18,31	19,96	86,00	589,18		109,64

2 завтрак							
макаронны отварные с сыром	150	10,9	7,9	26,6	221,1	389/2017м	23,62
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4гн/2022	20
Итого за 2 завтрак	350	13,21	9,25	42,50	302,10		43,62
Всего за Понедельник	930	32	29	129	891		153,26



ДИРЕКТОР
МКОУ ДЕМЕШИНСКАЯ СОШ

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Мортономжо Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реч.	цена руб/л
		б	ж	у			
День 2 / неделя 2: Вторник	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	70/71/2017м	25
котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	77-3/2022- 331/2017м	44
макаронные отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	22
компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,2	54-1м/2022м	15
хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,64
Итого за завтрак	560	17,25	18,47	76,42	541,96		109,64
2 завтрак							
каша молочная геркулес	150	6,1	5,6	18,5	148,5	54-3м/2022м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72	54-21м/2022м	24
Итого за 2 завтрак	370	12	9	41	297		43,62
Всего за Вторник	930	30	28	117	839		153,26



ДИРЕКТОР
МКОУ ДЕМЕШКИНСКАЯ СОШ
О.В. БОДЫЛЁВА

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Морозово Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.	цена руб/кг
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак

Овощи по сезону натуральные в нарезке (отурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/71/2017м	25
котлеты мясные из п./ф.	100	9,93	12,66	5,76	176,70	77-6/2022	45
каша гречневая раскатаная с маслом	150	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	20
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3м/2022м	14
хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	701/2010м	5,64
Итого за завтрак	560	22,86	20,22	80,06	592,92		109,64

2 завтрак

рис с овощами	150	4,51	6,65	30,4	199,51	379/2017м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	54-23м/2022м	24
Итого за полдник	370	9	10	56	347		43,62
Всего за Среда	930	32,12	29,75	136,07	939,78		153,26



Утвєрждєно

Директор ООО Бизнес Консалтинг

✓Кортоножко Е.Ю.

Завтра

овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	131/2017м	25
Биточки, котлеты куринные из п.ф с соусом	100/20					77-2/2022/ 332/2017м	45
картофель тушеный с луком	120	10,18	11,33	20,07	222,97	145/2017м	20
чай с сахаром	150	3,70	4,40	14,60	113,50	54-2м/2022н	14
хлеб пшеничный	200	0,2	0	10,38	42,38	701/2010м	5,64
Итого за завтрак	30	2,37	0,3	14,49	70,14		109,64
Итого за обед	560	17,80	16,21	67,46	487,51		
Полдник							
рагу из овощей	150	2,2	7,4	13,6	133,4	143/2017м	20,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81	54-4н/2022н	20
Итого за Полдник	370	6,09	8,95	39,16	261,15		43,62
Всего за Четверг	930	23,89	25,16	106,62	748,66		153,26



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕШЕВСКАЯ СОШ»
МУНИЦИПАЛЬНОСТЬ «ДЕШЕВКА»
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН «РУЖАНСКИЙ»
ВЛАСТЬ РЕСПУБЛИКИ ЧЕЧЕНА

Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Мортонович Е.Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ реч.	цена руб/кг
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

Завтрак							
винегрет овощной	60	0,78	2,70	4,62	45,60	67/2017	25
котлеты печеночные из п./ф.с маслом	105	12,83	12,97	10,27	209,13	77-4/2022	43
макаронные изделия отварные	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	22
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,90	701/2010м	5,64
чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3м/2022м	14
Итого завтрак	565	23,26	21,07	82,42	611,95		109,64
Итого за неделю в среднем завтрак	565,00	19,90	19,19	78,47	564,70		

Полдник							
каша молочная пшеница	150	4,22	4,99	12,9	113,39	182/2017м	16,62
хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75	701/2010м	3
кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	54-23м/2022м	24
Итого за полдник	370	8,97	7,87	38,51	260,74		43,62
Всего за Пятницу	826	32,23	28,94	120,93	872,69		153,26
Итого за неделю в среднем полдник	344,15	9,97	9,00	43,40	1467,82		

Норма завтрака по СанПиН 20%-25% + 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67,83,75	470-587,5
Среднее значение за завтрак		20,00	19,16	78,78	565,96
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		25,97	24,25	23,52	24,08
Норма полдника по СанПиН 10-15%	300	7,7-11,55	7,9-11,85	33,5-50,25	235-352,5
Среднее значение за полдник		9,94	8,84	44,08	881,79
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		12,91	11,19	13,16	37,52
Среднее значение за день		29,94	28,00	122,86	1447,75
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		38,88	35,44	36,67	61,61
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020					
Распределение ЭП	77,00	79,00	335,00	2350,00	
	Завтрак	24,08	20-25%		
	полдник	37,52	10-15%		

Источники: литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Мотыляного изд. Делта плюс, 2017 г.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт питания и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г.-275с

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием минералов и микроэлементов.

В рационе - йодированная соль, морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.