

Согласовано:

МБОУ "ООШ № 34 для обучающихся с
ограниченными возможностями здоровья"



М.В. Кузнецова

2024 г.

Утверждаю:

Директор ООО "Кардинал"



И.Г. Вахитов

2024 г.

Двухнедельное меню

**2-х разового бесплатного горячего питания (завтрак, обед)
для обучающихся общеобразовательных учреждений с 5 по 11 класс
(из семей лиц, призванных на военную службу по мобилизации)
на сумму 148,00 руб.**

Двухнедельное меню
2-х разового бесплатного горячего питания (завтрак, обед)
для обучающихся общеобразовательных учреждений с 5 по 11 класс
(из семей лиц, призванных на военную службу по мобилизации)
на сумму 148,00 руб.

№	Наименование	Выход,	Белки,	Жиры,	Углеводы,	Энергетическая ценность,	№ рецептуры
п/п		г	г	г	г	ккал	
1 НЕДЕЛЯ							
День 1							
Завтрак							
1	Сыр порционно	15	3,95	4,43	0,00	51,50	С6.2015г. №15
2	Каша Здоровье молочная с маслом сливочным	200/10	7,28	12,45	44,73	320,00	С6.2005г. Мин.эк раз №37
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		13,67	17,2	74,22	501,64	
Обед							
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,80	3,65	5,11	56,47	С6.2015 г. № 45
2	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250/20/10	8,05	13,09	12,5	205,45	С6.2015г. №96
3	Сосиски отварные	90	8,81	19,08	0,30	131,00	С6.2015 г. № 243
4	Макаронные изделия отварные	180	6,83	0,83	35,58	177,11	С6.2015 г. № 202
5	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,80	С6.2015 г. № 388
6	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		29,63	37,52	99,67	783,11	
	Итого за день		43,30	54,72	173,89	1284,75	
День 2							
Завтрак							
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	75/15	17,54	13,27	33,60	324,00	С6.2015г. №223
2	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	С6.2015г. №378
3	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		21,43	14,92	63,99	475,14	
Обед							
1	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	7,36	9,35	8,49	153,47	С6.2015г. №88
2	Тефтели 1-й вариант	60/50	8,13	9,01	10,72	245,53	С6.2015 г. № 278
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,56	8,05	45,78	297,86	С6.2015 г. № 171
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0	20,01	84,6	С6.2015 г. № 349
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		31,94	27,01	113,98	921,74	
	Итого за день		53,37	41,93	177,97	1396,88	

День 3							
Завтрак							
1	Омлет натуральный	60/3	10,20	18,20	1,90	212,40	С6.2015г. №210
2	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом сливочным	150/10	6,88	10,24	30,59	242,28	С6.2015г. №173
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		19,52	28,76	61,98	584,82	
Обед							
1	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/20	11,23	11,77	16,62	230,3	С6.2015г. №102
2	Гуляш (грудка)	50/50	9,00	9,65	3,29	136,01	С6.2015 г. № 260
3	Рис отварной	180	4,89	7,23	48,89	280,15	С6.2015 г. № 304
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0	20,01	84,6	С6.2015 г. № 349
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		31,01	29,25	117,79	871,34	
	Итого за день		50,53	58,01	179,77	1456,16	
День 4							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	С6.2015г. №14
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	42,95	294,00	С6.2015г. №174
4	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00	С6.2015г. №377
5	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		8,58	18,42	72,77	492,14	
Обед							
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	5,61	9,23	11,76	160,7	С6.2015г. №82
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	15,16	4,54	4,96	101,16	С6.2015 г. № 229
3	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7	С6.2015 г. № 312
4	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		29,25	20,15	85,23	626,84	
	Итого за день		37,83	38,57	158,00	1118,98	
День 5							
Завтрак							
1	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	200/10	8,64	11,06	44,32	312,00	С6.2015г. № 173
2	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	С6.2015г. №378
3	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		12,53	12,71	74,71	463,14	
Обед							
1	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	1,09	3,63	13,77	92,05	С6.2016 г. № 29
2	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/20	4,72	6,87	11,62	136,41	С6.2015г. №113
3	Плов из мяса птицы	50/150	21,98	22,52	34,69	459,30	С6.2015 г. № 291
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,00	20,01	84,60	С6.2015 г. № 349
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		33,68	33,62	109,07	912,64	
	Итого за день		46,21	46,33	183,78	1375,78	

День 3							
Завтрак							
1	Омлет натуральный	60/3	10,20	18,20	1,90	212,40	С6.2015г. №210
2	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом сливочным	150/10	6,88	10,24	30,59	242,28	С6.2015г. №173
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		19,52	28,76	61,98	584,82	
Обед							
1	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/20	11,23	11,77	16,62	230,3	С6.2015г. №102
2	Гуляш (грудка)	50/50	9,00	9,65	3,29	136,01	С6.2015 г. № 260
3	Рис отварной	180	4,89	7,23	48,89	280,15	С6.2015 г. № 304
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0	20,01	84,6	С6.2015 г. № 349
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		31,01	29,25	117,79	871,34	
	Итого за день		50,53	58,01	179,77	1456,16	
День 4							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	С6.2015г. №14
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	42,95	294,00	С6.2015г. №174
4	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62,00	С6.2015г. №377
5	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		8,58	18,42	72,77	492,14	
Обед							
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	5,61	9,23	11,76	160,7	С6.2015г. №82
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	15,16	4,54	4,96	101,16	С6.2015 г. № 229
3	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7	С6.2015 г. № 312
4	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		29,25	20,15	85,23	626,84	
	Итого за день		37,83	38,57	158,00	1118,98	
День 5							
Завтрак							
1	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	200/10	8,64	11,06	44,32	312,00	С6.2015г. № 173
2	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	С6.2015г. №378
3	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		12,53	12,71	74,71	463,14	
Обед							
1	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	1,09	3,63	13,77	92,05	С6.2016 г. № 29
2	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/20	4,72	6,87	11,62	136,41	С6.2015г. №113
3	Плов из мяса птицы	50/150	21,98	22,52	34,69	459,30	С6.2015 г. № 291
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,00	20,01	84,60	С6.2015 г. № 349
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		33,68	33,62	109,07	912,64	
	Итого за день		46,21	46,33	183,78	1375,78	

2						
Итоговая стоимость по разделу:						0.00
3						
	Персональный компьютер	Персональный компьютер: системный блок, монитор, клавиатура, колонки, мышь, Web-камера, наушники с микрофоном	шт	17.00	72709.00	1236053.00
Итоговая стоимость по разделу:						1236053.00
4						
	Стол	Стол ученический	шт	75.00	5306.00	397950.00
	Опора для сидения	Стул ростовой ученический	шт	75.00	2872.00	215400.00
Итоговая стоимость по разделу:						613350.00
5						
Итоговая стоимость по разделу:						0.00
6						
	Иное	Стул ростовой ученический	шт	15.00	6657.00	99855.00
	Иное	Стол ученический	шт	12.00	8739.00	104868.00
	Иное	Телевизор	шт	2.00	103350.00	206700.00
	Пуф с гранулами	Кресло-пуф	шт	6.00	6570.00	39420.00
Итоговая стоимость по разделу:						450843.00
7						
	Стол учителя	Стол учителя	шт	12.00	23000.00	276000.00
	Опора для сидения	Офисное кресло	шт	40.00	10745.00	429800.00
	Иное	Доска магнитная меловая	шт	28.00	18354.00	513912.00
	Иное	Доска меловая трехстворчатая	шт	20.00	16217.00	324340.00
Итоговая стоимость по разделу:						1544052.00
Итоговая стоимость по разделу:						0.00
Итоговая стоимость по направлению:						5080158.00
Наименование направления: "Оборудование для учебных кабинетов"						
1						
Итоговая стоимость по разделу:						0.00
2						
	Иное	Тренажер ЛСР	шт	1.00	180015.00	180015.00
Итоговая стоимость по разделу:						180015.00
3						
	LED-телевизор	Телевизор	шт	6.00	103350.00	620100.00
Итоговая стоимость по разделу:						620100.00
4						
Итоговая стоимость по разделу:						0.00
5						
	Микроскоп	Микроскоп цифровой демонстрационный	шт	1.00	33070.00	33070.00
	Микроскоп	Микроскоп биологический	шт	1.00	45358.00	45358.00
	Микроскоп	Микроскоп школьный (с подсветкой)	шт	7.00	14715.00	103005.00
Итоговая стоимость по разделу:						181433.00
11						
	Многофункциональное устройство	Многофункциональное устройство	шт	12.00	72809.00	873708.00
	Опора для сидения	Офисное кресло	шт	5.00	10745.00	53725.00

2 НЕДЕЛЯ

День 1

Завтрак

1	Омлет натуральный	60/3	10,20	18,20	1,90	212,40	С6.2015г. №210
2	Макаронные изделия отварные с сыром	150/10	10,16	11,94	25,58	250,80	С6.2015г. №204
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		22,8	30,46	56,97	593,34	

Обед

1	Суп картофельный с крупой с мясом	250/20	5,95	5,05	12,25	124,97	С6.2015г. №101
2	Тефтели 2-й вариант	60/50	11,84	15,12	15,54	245,53	С6.2015 г. № 279
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,56	8,05	45,78	297,86	С6.2015 г. № 171
4	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,80	С6.2015 г. № 388
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		33,49	29,09	119,75	881,44	
	Итого за день		56,29	59,55	176,72	1474,78	

День 2

Завтрак

1	Сыр (порциями)	15	3,95	4,43	0,00	51,50	С6.2015г. №15
2	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом сливочным	200/10	9,04	13,44	40,16	318,00	С6.2015г. №173
3	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	С6.2015г. №378
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		16,88	19,52	70,55	520,64	

Обед

1	Икра морковная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	С6.2015 г. №75
2	Суп из овощей с мясом птицы	250/20	7,62	12,98	9,67	193,45	С6.2015г. №99
3	Котлета домашняя	100	14,40	20,50	79,45	291,74	С6.2015 г. № 271
4	Макаронные изделия отварные	180	6,83	0,83	35,58	154,62	С6.2016 г. № 202
5	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
6	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		35,08	34,99	182,4	951,27	
	Итого за день		51,96	54,51	252,95	1471,91	

День 3

Завтрак

1	Сыр (порциями)	15	3,95	4,43	0,00	51,50	С6.2015г. №15
2	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	42,95	294,00	С6.2015г. №174
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	С6.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		12,39	15,6	72,44	475,64	

Обед

1	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,80	3,65	5,11	56,47	С6.2015 г. № 45
2	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	7,36	9,35	8,49	153,47	С6.2015г. №88
3	Котлета по - Куравински с соусом	70/30	2,37	4,89	13,01	116,00	ТТК № 156
4	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7	С6.2015 г. № 312
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0	20,01	84,6	С6.2015 г. № 349
6	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		20,09	24,25	100,13	715,52	
	Итого за день		32,48	39,85	172,57	1191,16	

День 4							
Завтрак							
1	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом сливочным	200/5	6,11	10,72	32,38	251	Сб.2015г. № 181
2	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,57	118,6	Сб.2015г. №382
3	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,3	14,49	70,14	
	Итого:		12,55	14,56	64,44	439,74	
Обед							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250/20	6,19	5,65	17,93	159,00	Сб.2015г. №103
2	Котлета куриная	100	0,06	8,16	0,09	84,15	Сб.2015 г. № 14
3	Рис отварной с овощами	180	4,05	8,25	30,30	198,60	Сб.2015 г. № 312
4	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	Сб.2015 г. № 377
5	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		15,57	22,66	87,17	623,63	
	Итого за день		28,12	37,22	151,61	1063,37	
День 5							
Завтрак							
1	Сыр (порциями)	15	3,95	4,43	0,00	51,50	Сб.2015г. №15
2	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом сливочным	200/10	9,04	13,44	40,16	318,00	Сб.2015г. №173
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:		15,43	18,19	69,65	499,64	
Обед							
1	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	Сб.2015 г. № 75
2	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/20	11,23	11,77	16,62	230,3	Сб.2015г. №102
3	Птица тушеная в соусе	125	14,92	12,65	4,39	191,25	Сб.2015 г. № 290
4	Макаронные изделия отварные	180	6,83	0,83	35,58	177,11	Сб.2015 г. № 202
5	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0	20,01	84,6	Сб.2015 г. № 349
6	Хлеб из муки пшеничной	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:		40,29	25,91	119,30	934,72	
	Итого за день		55,72	44,10	188,95	1434,36	
	Всего за период		224,57	235,23	942,80	6635,58	
	Среднее значение за период		44,91	47,05	188,56	1327,12	
	Содержание Б, Ж, У в % от калорийности		1	1	4		

При разработки данного меню были использованы рецептуры следующих сборников: Сборник 2015г. Тутельян В.А. сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник 2005г. Министерство экономического развития Челябинской области. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Челябинской области, предназначен для организаторов школьного питания. В сборнике представлены: методические рекомендации по организации питания учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и технико-технологические карты на кулинарные блюда и изделия. Сборник 2016г. Тутельян В.А. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

При приготовлении блюд и изделий используется йодированная соль

В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)