

Сотласова М.:

Директор МАОУ «Школа №52

Помошарева М. В.

24.08.2024г.



С. В. Косых  
2024г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для школьников с ограниченными возможностями здоровья  
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"  
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Каша молочная рисовая с фруктами              | 200/100      | 7,92                 | 7,59  | 60,07  | 389       | Таб 4       |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого   |              | 12,12                | 8,11  | 100,07 | 570       |             |
| Обед  |              |                      |       |        |           |             |
| Суп – лапша домашняя                          | 250          | 2,94                 | 4,89  | 17,75  | 129       | 148         |
| Тефтели с соусом I в                          | 100          | 8                    | 9,65  | 10,35  | 181       | 462         |
| Каша гречневая вязкая                         | 200          | 6,17                 | 6,68  | 27,78  | 196       | 510         |
| Напиток из сухофруктов                        | 200          | 0,6                  | 0,06  | 29,79  | 124       | акт         |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Хлеб ржаной                                   | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5   | 66        |             |
| Итого   |              | 24,11                | 22,08 | 124,17 | 816       |             |
| Полдник                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Булочка молочная                              | 100          | 8,8                  | 2,2   | 50,3   | 128       | 779         |
| Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие | 50           | 1,2                  |       | 30     | 125       |             |
| Итого   |              | 10,2                 | 2,22  | 95,3   | 314       |             |
| Всего   |              | 46,43                | 32,41 | 319,54 | 1700      |             |

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                          | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                                     |              |                      |       |        |           |             |
| Каша молочная овсяная «Геркулес» с фруктами | 200/100      | 7,6                  | 9,33  | 59,2   | 367       | 174         |
| Чай с сахаром                               | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный                              | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого                                       |              | 11,8                 | 9,85  | 99,2   | 548       |             |
| Обед  |              |                      |       |        |           |             |
| Рассольник со сметаной                      | 250          | 2,39                 | 4,64  | 17,64  | 130       | 132         |
| Фритата с овощами с соусом                  | 100          | 11,19                | 8,87  | 5,08   | 162       | акт         |
| Макаронные изделия отварные                 | 200          | 7,76                 | 5,99  | 49,44  | 284       | 516         |
| Напиток из ягод                             | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный                              | 40           | 3,2                  | 0,4   | 20     | 96        |             |
| Хлеб ржаной                                 | 20           | 1,6                  | 0,2   | 9      | 44        |             |
| Итого                                       |              | 26,21                | 20,12 | 125,6  | 816       |             |
| Полдник                                     |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром                               | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Булочка домашняя                            | 50           | 3,75                 | 6,6   | 30,45  | 197       | 769         |
| Фрукты запеченные                           | 100          | 0,2                  |       | 19,6   | 81        |             |
| Итого                                       |              | 4,15                 | 6,62  | 65,05  | 339       |             |
| Всего                                       |              | 42,16                | 36,59 | 289,85 | 1703      |             |



ДЕНЬ: СРЕДА  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Каша молочная пшеничная с фруктами            | 200/100      | 8,79                 | 7,77  | 74,38  | 370       | 302         |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого   |              | 12,99                | 8,29  | 114,38 | 551       |             |
| Обед  |              |                      |       |        |           |             |
| Минестроне                                    | 250          | 6,5                  | 5,5   | 13,5   | 130       | акт         |
| Котлеты рыбные с соусом                       | 100          | 10,53                | 8,52  | 14,06  | 181       | 388         |
| Сложный овощной гарнир                        | 200          | 6,34                 | 9,87  | 45,52  | 307       | акт         |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный                                | 40           | 3,2                  | 0,4   | 20     | 96        |             |
| Хлеб ржаной                                   | 20           | 1,6                  | 0,2   | 9      | 44        |             |
| Итого   |              | 28,37                | 24,51 | 117,08 | 819       |             |
| Полдник                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Булочка дорожная                              | 50           | 3,55                 | 7,4   | 28,05  | 193       | 770         |
| Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие | 100          | 13,5                 | 0,6   | 6,5    | 78        |             |
| Итого   |              | 17,25                | 8,02  | 49,55  | 332       |             |
| Всего   |              | 58,61                | 40,82 | 281,01 | 1702      |             |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА   | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|  |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак  |              |                      |       |        |           |             |
| Закуска из овощей  | 100          | 1,83                 | 4,5   | 7,5    | 78        | акт         |
| Макаронные изделия отварные                                | 200          | 1,09                 | 5,99  | 49,44  | 284       | 516         |
| Чай с сахаром и лимоном                                    | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25  | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный   | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Итого  |              | 7,18                 | 11,02 | 97,19  | 546       |             |
| Обед   |              |                      |       |        |           |             |
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной и гренками | 250          | 3,86                 | 6     | 24,63  | 183       | 110         |
| Биточки из птицы с соусом                                  | 100          | 12,99                | 10,09 | 4,57   | 152       | акт         |
| Каша гречневая вязкая                                      | 200          | 6,17                 | 6,68  | 27,78  | 196       | 510         |
| Напиток из ягод  | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный   | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Хлеб ржаной  | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5   | 66        |             |
| Итого  |              | 29,49                | 23,59 | 119,92 | 817       |             |
| Полдник  |              |                      |       |        |           |             |
| Чай с сахаром  | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Булочка ванильная  | 50           | 3,95                 | 4,25  | 29,05  | 172       | 107         |
| Фрукты запеченные  | 100          | 0,2                  |       | 19,6   | 81        |             |
| Итого  |              | 4,35                 | 4,27  | 63,65  | 314       |             |
| Всего  |              | 41,02                | 38,88 | 280,76 | 1677      |             |



ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Завтрак                                       | 250          | 7,4                  | 8,5   | 22,9   | 198       | 160         |
| Суп молочный с лапшой домашней                | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Чай с сахаром                                 | 100          | 4,6                  | 10,8  | 45,4   | 313       |             |
| Булочка с повидлом                            |              | 12,2                 | 19,32 | 83,3   | 572       |             |
| Итого   |              |                      |       |        |           |             |
| Обед  |              |                      |       |        |           |             |
| Обед  | 250          | 2,08                 | 4,54  | 11,45  | 110       | 135         |
| Суп из овощей со сметаной                     | 100          | 5,22                 | 4,8   | 7,53   | 112       | 485         |
| Голубцы ленивые с соусом                      | 200          | 17,5                 | 10,5  | 57,3   | 319       | 199         |
| Пюре гороховое                                | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Напиток из ягод                               | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Хлеб пшеничный                                | 25           | 2                    | 0,25  | 11,25  | 55        |             |
| Хлеб ржаной                                   |              | 30,87                | 20,61 | 136,97 | 816       |             |
| Итого   |              |                      |       |        |           |             |
| Полдник                                       |              |                      |       |        |           |             |
| Полдник                                       | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Чай с сахаром                                 | 100          | 8                    | 5,4   | 54,2   | 166       | 421         |
| Сдоба обыкновенная                            |              |                      |       |        |           |             |
| Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие | 50           | 1,2                  |       | 30     | 125       |             |
| Итого   |              | 9,4                  | 5,42  | 99,2   | 352       |             |
| Итого   |              | 52,47                | 45,35 | 319,47 | 1740      |             |
| Всего   |              |                      |       |        |           |             |

ДЕНЬ: СУББОТА  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                 | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                                    |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Завтрак                            |              |                      |       |        |           |             |
| Завтрак                            | 200/100      | 8,2                  | 11,1  | 56,5   | 365       | Таб 4       |
| Каша молочная пшеничная с фруктами | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Чай с сахаром                      | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Хлеб пшеничный                     |              | 12,4                 | 11,62 | 96,5   | 546       |             |
| Итого                              |              |                      |       |        |           |             |
| Обед                               |              |                      |       |        |           |             |
| Обед                               | 250          | 5,95                 | 4,19  | 19,56  | 140       | 149         |
| Суп картофельный с фасолью         | 100          | 12,06                | 6,12  | 9,34   | 145       | акт         |
| Запеканка Мозанка с соусом         | 200          | 7,76                 | 5,99  | 49,44  | 284       | 516         |
| Макаронные изделия отварные        | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Чай с сахаром                      | 50           | 4                    | 0,5   | 25     | 120       |             |
| Хлеб пшеничный                     | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5   | 66        |             |
| Хлеб ржаной                        |              | 32,37                | 17,12 | 131,84 | 816       |             |
| Итого                              |              |                      |       |        |           |             |
| Полдник                            |              |                      |       |        |           |             |
| Полдник                            | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Чай с сахаром                      | 50           | 3,9                  | 2,8   | 28,6   | 157       | уоп         |
| Рожки обсыпные                     | 100          | 0,2                  |       | 19,6   | 81        |             |
| Фрукты запеченные                  |              | 4,3                  | 2,82  | 63,2   | 299       |             |
| Итого                              |              | 49,07                | 31,56 | 291,54 | 1661      |             |
| Всего                              |              |                      |       |        |           |             |

Среднее значение за период

48,29      37,60      297,03      1697

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможны изменения в меню