

**Согласовано:**

*директор МКУ СПИ  
г. Ижевск и г.р. Киров*



2021г.

**Утверждаю:**

начальник КШП

МКУ "КП и СП"

Кораблин М.Л.

10.03.2021г.



**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**учащихся с 7 до 11 лет**  
**(для учащихся с ОВЗ, классов**  
**коррекции)**

## 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
каша рисовая с маслом	200/10	5,0	12,0	33,0	261,0	262/96
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	23/97
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>18,0</b>	<b>26,0</b>	<b>74,0</b>	<b>600,0</b>	
<b>Обед</b>						
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	139/4
котлета рубленая из птицы	90	16,0	17,0	9,0	250,0	498/4
рожки отварные	150	4,00	6,00	39,00	229,00	273/96
компот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	702/97
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	35.02
<b>итого</b>	<b>715</b>	<b>32,0</b>	<b>29,0</b>	<b>135,0</b>	<b>926,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1215</b>	<b>50,0</b>	<b>55,0</b>	<b>209,0</b>	<b>1526,0</b>	
<b>вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
каша ячневая с маслом	200/10	3,00	12,00	11,00	250,00	257/96
ветчина порциями	20	7,00	2,00	0,00	54,00	30/97
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	629/96
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>512</b>	<b>16,00</b>	<b>16,00</b>	<b>66,00</b>	<b>567,00</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,00	6,00	10,00	107,00	110/4
зразы ленивые	90	10,00	25,00	23,00	240,00	300.06/ттк
рис отварной	150	14,0	6,0	31,0	223,0	455/96
напиток яблочный	200	2,00	0,00	27,00	111,00	190ттк
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	35/ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>33,00</b>	<b>38,00</b>	<b>134,00</b>	<b>892,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1237</b>	<b>49,00</b>	<b>54,00</b>	<b>200,00</b>	<b>1459,00</b>	
<b>среда</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная с маслом	200/10	7,0	5,0	37,0	221,0	262/96
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	34
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	692/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>505</b>	<b>24,0</b>	<b>23,0</b>	<b>100,0</b>	<b>616,0</b>	
<b>Обед</b>						
суп крестьянский со сметаной	200/15	2,0	8,0	9,0	102,0	134/4
котлета из рыбы	90	10,0	6,0	2,0	141,0	394/96
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	226.01
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	588/96
батон оздоровительный	75	6,0	2,0	36,0	182,0	
<b>итого</b>	<b>730</b>	<b>24,0</b>	<b>21,0</b>	<b>97,0</b>	<b>755,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1235</b>	<b>48,0</b>	<b>44,0</b>	<b>197,0</b>	<b>1371,0</b>	

четверг						
<b>Завтрак</b>						
каша манная с маслом	200/10	6,0	12,0	32,0	260,0	262/96
колбаса п/к порциями	20	9,0	8,0	0,0	83,0	29/97
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	627/96
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>505</b>	<b>21,00</b>	<b>22,00</b>	<b>87,00</b>	<b>606,00</b>	
<b>Обед</b>						
щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	200/10	1,00	7,00	7,00	101,00	120/96
котлета домашняя	90	13,00	19,00	11,00	281,00	476/97
каша гречневая рассыпчатая	150	6,00	10,00	28,00	222,00	297/4
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	773/ттк
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	299.02ттк
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>25,00</b>	<b>38,00</b>	<b>95,00</b>	<b>854,00</b>	
<b>Всего</b>	<b>1205</b>	<b>46,00</b>	<b>60,00</b>	<b>182,00</b>	<b>1460,00</b>	
пятница						
<b>Завтрак</b>						
каша Дружба с маслом	200/10	6,0	12,0	36,0	276,0	311/4
яйцо вареное	1 шт	7,0	5,0	0,0	63,0	23/97
Какао на молоке	200	4,0	4,0	26,0	141,0	693/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>21,0</b>	<b>23,0</b>	<b>88,0</b>	<b>618,0</b>	
<b>Обед</b>						
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	200	2,0	2,0	17,0	99,0	140/4
сосиски отварные	100	12,00	24,00	2,00	266,00	413/4
капуста тушеная	150	4,00	5,00	15,00	116,00	482/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	770ттк
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	35ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>24,0</b>	<b>32,0</b>	<b>101,0</b>	<b>788,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1225</b>	<b>45,0</b>	<b>55,0</b>	<b>189,0</b>	<b>1406,0</b>	
суббота						
<b>Завтрак</b>						
Каша овсяная с маслом	200/10	7,0	14,0	31,0	250,0	262/96
Сыр порциями	40	9,00	12,00	0,00	144,00	23/97
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	685/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>22,0</b>	<b>30,0</b>	<b>87,0</b>	<b>618,0</b>	
<b>обед</b>						
суп из овощей со сметаной	200/10	2,0	7,0	9,0	103,0	132/96
шницель рубленный из говядины	90	10,0	17,0	16,0	250,0	451/4
пюре гороховое по-домашнему	150	14,0	6,0	31,0	233,0	284/ттк
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	702/97
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>30,0</b>	<b>32,0</b>	<b>110,0</b>	<b>833,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1200</b>	<b>52,0</b>	<b>62,0</b>	<b>197,0</b>	<b>1451,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>					<b>8673,0</b>	
<b>среднее значение за период</b>					<b>1446,0</b>	



Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>2 неделя</b>						
<b>понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная с маслом	200/10	7,0	5,0	37,0	221,0	262/96
ветчина порциями	40	9,00	10,00	0,00	108,00	30/97
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>20,0</b>	<b>17,0</b>	<b>78,0</b>	<b>524,0</b>	
<b>Обед</b>						
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	139/4
биточек рубленый из свинины	90	8,0	28,0	16,0	242,0	416/96
рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	465/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	312
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>715</b>	<b>33,0</b>	<b>40,0</b>	<b>129,0</b>	<b>889,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1215</b>	<b>53,0</b>	<b>57,0</b>	<b>207,0</b>	<b>1413,0</b>	
<b>вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
каша ячневая с маслом	200/10	3,00	12,00	11,00	250,00	257/96
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	23/97
чай с молоком и сахаром	200	2,00	2,00	30,00	86,00	685/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.01ттк
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>18,0</b>	<b>28,0</b>	<b>67,0</b>	<b>618,0</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,00	6,00	10,00	107,00	110/4
котлета рубленая из говядины	90	15,0	17,0	16,0	280,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	297/4
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	312.01ттк
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	35.ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>28,0</b>	<b>34,00</b>	<b>121,0</b>	<b>916,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1225</b>	<b>46,0</b>	<b>62,0</b>	<b>188,0</b>	<b>1534,0</b>	
<b>среда</b>						
<b>Завтрак</b>						
каша Дружба с маслом	200/10	6,0	12,0	35,0	276,0	311/4
яйцо вареное	1 шт	7,0	5,0	0,0	63,0	29/97
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	692/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>20,0</b>	<b>21,0</b>	<b>84,0</b>	<b>591,0</b>	
<b>Обед</b>						
суп крестьянский со сметаной	200/10	2,0	9,0	8,0	107,0	134/4
шницель из рыбы	90	10,0	6,0	2,0	141,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	226.01ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	588/96
батон оздоровительный	75	6,0	2,0	36,0	182,0	
<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>24,0</b>	<b>22,0</b>	<b>96,0</b>	<b>760,0</b>	
<b>Всего</b>	<b>1225</b>	<b>44,0</b>	<b>43,0</b>	<b>180,0</b>	<b>1351,0</b>	

четверг							
<b>Завтрак</b>							
каша рисовая с маслом	200/10	5,0	12,0	33,0	261,0	262/96	
ветчина порциями	40	9,0	10,0	0,0	108,0	30/97	
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,00	57,00	627/96	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35,01	
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>18,0</b>	<b>24,0</b>	<b>74,0</b>	<b>564,0</b>		
<b>Обед</b>							
щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	200/10	1,0	7,0	7,0	101,0	120/96	
биточек рубленный из птицы	90	16,0	17,0	14,0	281,0	496/4	
рожки отварные	150	4,0	6,0	39,0	229,0	273/96	
компот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	702/97	
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	35ттк	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	299	
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>27,0</b>	<b>32,0</b>	<b>120,0</b>	<b>888,0</b>		
<b>Всего</b>	<b>1200</b>	<b>45,0</b>	<b>56,0</b>	<b>194,0</b>	<b>1452,0</b>		
пятница							
<b>Завтрак</b>							
каша манная с маслом	200/10	6,0	12,0	32,0	260,0	262/96	
колбаса п/к порциями	40	7,0	12,0	0,0	70,0		
Какао на молоке	200	4,00	4,00	26,00	141,00	693/4	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.01ттк	
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>21,0</b>	<b>30,0</b>	<b>84,0</b>	<b>609,0</b>		
<b>Обед</b>							
рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,0	7,0	14,0	126,0	129/96	
котлета домашняя	90	13,0	21,0	11,0	281,0	476/97	
рагу из овощей	150	3,0	6,0	16,0	132,0	215/96	
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	773/ттк	
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	35ттк	
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк	
<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>24,0</b>	<b>35,0</b>	<b>104,0</b>	<b>846,0</b>		
<b>Всего</b>	<b>1225</b>	<b>45,0</b>	<b>65,0</b>	<b>188,0</b>	<b>1455,0</b>		
суббота							
<b>Завтрак</b>							
Каша овсяная с маслом	200/10	7,0	14,0	31,0	250,0	262/96	
яйцо вареное	1 шт	7,0	5,0	0,0	63,0	22/97	
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	685/4	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	35.02 ттк	
<b>итого</b>	<b>500</b>	<b>20,0</b>	<b>23,0</b>	<b>87,0</b>	<b>537,0</b>		
<b>Обед</b>							
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	200	2,0	2,0	17,0	99,0	140/4	
биточек рубленный из говядины	90	15,0	17,0	16,0	280,0	451/4	
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	297/4	
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	190ттк	
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	35.02 ттк	
<b>итого</b>	<b>715</b>	<b>31,0</b>	<b>31,0</b>	<b>128,0</b>	<b>918,0</b>		
<b>Всего</b>	<b>1215</b>	<b>51,0</b>	<b>54,0</b>	<b>215,0</b>	<b>1455,0</b>		
<b>итого за 6 дней</b>					<b>8660,0</b>		
<b>среднее значение за период</b>					<b>1443,0</b>		

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная
- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

*Исупова Л.И.*

Исупова Л.И.