

Согласовано:

директор МКОУ СОШ № 2 г. Нижние Серги

 / М.А. Тараева /

 2021 г.

Утверждаю:

ООО «Комбинат школьного питания»

 / Д.В. Горелов /

 2021 г.

Примерное 10-дневное меню горячих завтраков и обедов для детей с ограниченными возможностями 12 лет и старше,
обучающихся в общеобразовательных учреждениях,
(всесезонное, 2-разовое питание)

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах, Часть III Сборник технологических карт
(для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

10 день

Завтрак

7/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	6,24	3,75	8,14	0,64	33,02	228,531236	144,76	33,85	154,6	0,7	30,3	56,59	0,18	0,09	0,66
7/3	Бутерброд с маслом	50	2,44	0,16	14,77	0,27	14,33	201,14	4,8	0	6	0	80	90	0,2	0	0
2/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,37136	116,69	13,3	83,7	0,1	20	22	0	0,03	0,52
	Сок 0,2л	200	0	0	0	0	0,1	0,19151041	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,1703	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,676	7	9,4	31,6	0,8	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за 'Завтрак'		15,12	6,75	26,56	1,42	84,24	632,08	273,25	56,55	275,9	1,6	130,3	168,8	0,66	0,16	1,18
	Обед																
2/2	Борщ со сметаной	250	2,13	0,13	5,25	5,22	12,71	102,528728	40,02	21,11	47,15	0,9	4,5	210,6	2,4	0,04	10,8
17/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	8,01	2,4	5,61	0,72	35,11	223,054965	91,87	11,81	88,59	0,8	22,14	41,67	0,96	0,05	0,03
8/9	Биточки (котлеты) из мяса свинины	100	14,83	13,48	12,44	1,63	9,29	208,69521	39,96	15,81	126,2	1,2	45,44	58,78	1,31	0,06	0,33
10/10	Чай с молоком	180	2,63	2,56	2,84	0,02	13	85,6773288	105,02	11,97	75,33	0,1	18	19,8	0	0,03	0,47
	Фрукты		0,5	0	0,5	0,5	14,5	60,85	20	11,25	13,75	2,8	0	6,25	0,25	0,04	12,5
	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,39	0,39	28,14	134,3406	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352	14	18,8	63,2	1,6	0	0,4	0,56	0,07	0
	Итого за 'Обед'		34,7	18,57	27,52	8,96	129,43	892,5	310,87	90,76	414,2	7,4	90,08	337,5	5,48	0,3	24,1
	Итого за день		49,82	25,32	54,07	10,38	213,67	1524,58	584,12	147,3	690,1	9	220,38	506,2	6,14	0,46	25,3

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-

20 12 лет и старше)

Отклонение

Содержание, % от калорийности

Итого за период

Содержание, % от калорийности

90 0 92 0 383 2720 0 0 0 0 900 0 1,4 70

-40,18 25,32 -37,93 10,38 -169,33 -1195,42 584,12 147,3 690,1 9 220,38 -393,8 6,14 -0,9 -45

13 33 54

518,43 221,25 456,40 143,71 2359,67 15415,47 4553,3 1966 7344 101 1507,8 7518 79,9 6,06 337

13,452 26,646 59,38543