

Согласованно:

Директор

МОАУ СОШ №

*Мартыненко Н.А.*

" 04 " апреля 2025

Утверждаю:

Директор ООО "КШП

"Валентина"

*В.М.Пискунова*

" 04 " апреля 2025

Примерное 10-ти дневное  
меню питания учащихся  
с 7 до 11 лет, для  
общеобразовательных школ  
на осенне-зимний и весенне-  
летний период 2024-2025  
учебного года

общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

нь: 1 понедельник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|

Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                            |     |       |       |       |        |              |
|--------|----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Пряники                    | 50  | 2,95  | 2,35  | 37,5  | 183    | 589 СБР 2013 |
|        | Сыр (порциями)             | 9   | 2,09  | 2,66  |       | 32,22  | 15 СБР 2011  |
|        | Каша "Дружба"              | 210 | 5,52  | 12,25 | 26,31 | 195,62 | 260 СБР 2013 |
|        | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8   | 2,5   | 13,6  | 88     | 465 СБР 2021 |
|        | Хлеб пшеничный в/с         | 31  | 2,36  | 0,25  | 15,25 | 72,85  | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                            | 500 | 15,72 | 20,01 | 92,66 | 571,69 |              |

Завтрак ОВЗ

|        |                            |     |       |       |       |        |              |
|--------|----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Пряники                    | 50  | 2,95  | 2,35  | 37,5  | 183    | 589 СБР 2013 |
|        | Сыр (порциями)             | 9   | 2,09  | 2,66  |       | 32,22  | 15 СБР 2011  |
|        | Каша "Дружба"              | 210 | 5,52  | 12,25 | 26,31 | 195,62 | 260 СБР 2013 |
|        | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8   | 2,5   | 13,6  | 88     | 465 СБР 2021 |
|        | Хлеб пшеничный в/с         | 31  | 2,36  | 0,25  | 15,25 | 72,85  | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                            | 500 | 15,72 | 20,01 | 92,66 | 571,69 |              |

Завтрак ОВЗ дополнительно

|        |                 |     |      |      |       |        |              |
|--------|-----------------|-----|------|------|-------|--------|--------------|
|        | Булочка с маком | 50  | 4,04 | 1,47 | 27,02 | 137,23 | 772 СБР 2004 |
|        | Чай с сахаром   | 200 | 0,1  |      | 21    | 66     | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                 | 250 | 4,14 | 1,47 | 48,02 | 203,23 |              |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                                              |     |       |       |       |        |              |
|--------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Салат картофельный с морковью и зеленым горо | 60  | 1,68  | 4,26  | 5,94  | 69     | 74 СБР 2013  |
|        | Свекольник                                   | 250 | 2,18  | 4,45  | 12    | 97     | 131 СБР 2013 |
|        | Курица с рисом по-домашнему                  | 180 | 14    | 13,5  | 29,9  | 268,4  | Т.Т.К. № 16  |
|        | Компот из свежего яблока                     | 200 | 0,6   |       | 46,6  | 182    | 631 СБР 2004 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                           | 40  | 3,04  | 0,32  | 19,68 | 94     | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                                  | 23  | 1,52  | 0,28  | 7,68  | 40,02  | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                              | 753 | 23,02 | 22,81 | 121,8 | 750,42 |              |

Обед ОВЗ

|        |                                              |     |       |       |       |        |              |
|--------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Салат картофельный с морковью и зеленым горо | 60  | 1,68  | 4,26  | 5,94  | 69     | 74 СБР 2013  |
|        | Свекольник                                   | 250 | 2,18  | 4,45  | 12    | 97     | 131 СБР 2013 |
|        | Курица с рисом по-домашнему                  | 180 | 14    | 13,5  | 29,9  | 268,4  | Т.Т.К. № 16  |
|        | Компот из свежего яблока                     | 200 | 0,6   |       | 46,6  | 182    | 631 СБР 2004 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                           | 40  | 3,04  | 0,32  | 19,68 | 94     | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                                  | 23  | 1,52  | 0,28  | 7,68  | 40,02  | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                              | 753 | 23,02 | 22,81 | 121,8 | 750,42 |              |

Обед ОВЗ дополнительно

|        |                 |     |      |      |       |        |              |
|--------|-----------------|-----|------|------|-------|--------|--------------|
|        | Булочка с маком | 50  | 4,04 | 1,47 | 27,02 | 137,23 | 772 СБР 2004 |
|        | Чай с сахаром   | 200 | 0,1  |      | 21    | 66     | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                 | 250 | 4,14 | 1,47 | 48,02 | 203,23 |              |

Полдник с 7 до 11 лет

|        |                  |     |       |      |       |       |              |
|--------|------------------|-----|-------|------|-------|-------|--------------|
|        | Булочка с маком  | 50  | 4,03  | 1,47 | 27    | 137,2 | 772 СБР 2004 |
|        | Молоко кипяченое | 180 | 5,2   | 4,5  | 8,64  | 95,4  | 515 СБР 2013 |
|        | Апельсин         | 100 | 0,9   | 0,2  | 8,1   | 43    | 112 СБР 2013 |
| Итого: |                  | 330 | 10,13 | 6,17 | 43,74 | 275,6 |              |

# Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентин"

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 1 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|

### Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                             |     |       |       |       |        |              |
|--------|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Тефтели (1 вариант)         | 75  | 9,23  | 10,95 | 9,35  | 174,5  | 461в1СБР2004 |
|        | Макаронные изделия отварные | 185 | 6,97  | 0,83  | 35,77 | 178,8  | 291 СБР 2013 |
|        | Чай апельсиновый            | 200 |       |       | 19,95 | 74,73  | Т.Т.К. № 3   |
|        | Хлеб пшеничный в/с          | 45  | 3,42  | 0,36  | 22,14 | 105,75 | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                             | 505 | 19,62 | 12,14 | 87,21 | 533,78 |              |

### Завтрак ОВЗ

|        |                             |     |       |       |       |        |              |
|--------|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Тефтели (1 вариант)         | 75  | 9,23  | 10,95 | 9,35  | 174,5  | 461в1СБР2004 |
|        | Макаронные изделия отварные | 185 | 6,97  | 0,83  | 35,77 | 178,8  | 291 СБР 2013 |
|        | Чай апельсиновый            | 200 |       |       | 19,95 | 74,73  | Т.Т.К. № 3   |
|        | Хлеб пшеничный в/с          | 45  | 3,42  | 0,36  | 22,14 | 105,75 | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                             | 505 | 19,62 | 12,14 | 87,21 | 533,78 |              |

### Завтрак ОВЗ дополнительно

|        |                  |     |     |     |      |     |              |
|--------|------------------|-----|-----|-----|------|-----|--------------|
|        | Булочка домашняя | 60  | 4,5 | 7,8 | 36,2 | 233 | 564 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром    | 200 | 0,1 |     | 15   | 60  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                  | 260 | 4,6 | 7,8 | 51,2 | 293 |              |

### Обед для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                                              |     |       |       |        |        |              |
|--------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|        | Салат из свеклы отварной                     | 60  | 0,9   | 3,3   | 5,04   | 53,4   | 50 СБР 2013  |
|        | Суп картофельный с крупой                    | 200 | 2     | 2,4   | 14,64  | 90,4   | 138 СБР 2004 |
|        | Котлеты домашние                             | 90  | 12,2  | 14,31 | 9,09   | 214    | 271 СБР 2011 |
|        | Каша перловая рассыпчатая                    | 150 | 4,35  | 9,15  | 31,05  | 229,5  | 508 СБР 2004 |
|        | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1,4   |       | 29     | 122    | 503 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                           | 35  | 2,66  | 0,28  | 17,22  | 82,25  | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                                  | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                              | 755 | 24,83 | 29,68 | 112,72 | 826,35 |              |

### Обед ОВЗ

|        |                                              |     |       |       |        |        |              |
|--------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|        | Салат из свеклы отварной                     | 60  | 0,9   | 3,3   | 5,04   | 53,4   | 50 СБР 2013  |
|        | Суп картофельный с крупой                    | 200 | 2     | 2,4   | 14,64  | 90,4   | 138 СБР 2004 |
|        | Котлеты домашние                             | 90  | 12,2  | 14,31 | 9,09   | 214    | 271 СБР 2011 |
|        | Каша перловая рассыпчатая                    | 150 | 4,35  | 9,15  | 31,05  | 229,5  | 508 СБР 2004 |
|        | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1,4   |       | 29     | 122    | 503 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                           | 35  | 2,66  | 0,28  | 17,22  | 82,25  | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                                  | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                              | 755 | 24,83 | 29,68 | 112,72 | 826,35 |              |

### Обед ОВЗ дополнительно

|        |                  |     |     |     |      |     |              |
|--------|------------------|-----|-----|-----|------|-----|--------------|
|        | Булочка домашняя | 60  | 4,5 | 7,8 | 36,2 | 233 | 564 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром    | 200 | 0,1 |     | 15   | 60  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                  | 260 | 4,6 | 7,8 | 51,2 | 293 |              |

### Полдник с 7 до 11 лет

|        |                   |     |      |     |       |        |              |
|--------|-------------------|-----|------|-----|-------|--------|--------------|
|        | Булочка домашняя  | 50  | 2,25 | 3,9 | 18,1  | 116,5  | 564 СБР 2013 |
|        | Ряженка с сахаром | 205 | 5,8  | 5   | 12,99 | 119,95 | 516 СБР 2013 |
|        | Яблоко            | 100 | 0,4  | 0,4 | 9,8   | 47     | 112 СБР 2013 |
| Итого: |                   | 355 | 8,45 | 9,3 | 40,89 | 283,45 |              |

ОАО «Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"»

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

1 среда

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи                                | Наименование блюда                  | Вес блюда  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры    |
|-------------------------------------------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|----------------|
| <b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b> |                                     |            |              |              |              |                            |                |
|                                           | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 100        | 7,02         | 3,75         | 9,7          | 101,2                      | Т.Т.К. № 23    |
|                                           | Рагу овощное (3 вариант)            | 180        | 1,5          | 16,02        | 24,3         | 262,2                      | 541СБР2004(3в) |
|                                           | Чай с лимоном                       | 200        | 0,1          |              | 15,2         | 61                         | 494 СБР 2013   |
|                                           | Хлеб пшеничный в/с                  | 39         | 2,96         | 0,31         | 19,18        | 91,65                      | 108 СБР 2013   |
|                                           | <b>Итого:</b>                       | <b>519</b> | <b>11,58</b> | <b>20,08</b> | <b>68,38</b> | <b>516,05</b>              |                |

**Завтрак ОВЗ**

|  |                                     |            |              |              |              |               |                |
|--|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|  | "Колобки" мясные с овощами с соусом | 100        | 7,02         | 3,75         | 9,7          | 101,2         | Т.Т.К. № 23    |
|  | Рагу овощное (3 вариант)            | 180        | 1,5          | 16,02        | 24,3         | 262,2         | 541СБР2004(3в) |
|  | Чай с лимоном                       | 200        | 0,1          |              | 15,2         | 61            | 494 СБР 2013   |
|  | Хлеб пшеничный в/с                  | 39         | 2,96         | 0,31         | 19,18        | 91,65         | 108 СБР 2013   |
|  | <b>Итого:</b>                       | <b>519</b> | <b>11,58</b> | <b>20,08</b> | <b>68,38</b> | <b>516,05</b> |                |

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

|  |                    |            |              |             |             |              |              |
|--|--------------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|  | Булочка "Веснушка" | 60         | 4,69         | 3,69        | 34,2        | 189,9        | 559 СБР 2013 |
|  | Чай с сахаром      | 200        | 0,181        |             | 13,5        | 52,2         | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>      | <b>260</b> | <b>4,871</b> | <b>3,69</b> | <b>47,7</b> | <b>242,1</b> |              |

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

|  |                                   |            |              |              |              |               |              |
|--|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Икра морковная                    | 60         | 1,44         | 4,56         | 7,8          | 79,2          | 78 СБР 2004  |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем | 200        | 1,4          | 3,98         | 6,22         | 66            | 142 СБР 2013 |
|  | Котлеты рубленые из птицы         | 90         | 13,5         | 9,6          | 8,35         | 173           | 294 СБР 2011 |
|  | Каша вязкая пшеничная             | 150        | 1,15         | 6            | 21,3         | 152,6         | 510 СБР 2004 |
|  | Компот из смеси сухофруктов       | 200        | 0,5          |              | 27           | 110           | 508 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                | 41         | 3,12         | 0,33         | 20,17        | 96,35         | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                       | 23         | 1,52         | 0,28         | 7,68         | 40,02         | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                     | <b>764</b> | <b>24,63</b> | <b>24,75</b> | <b>98,52</b> | <b>717,17</b> |              |

**Обед ОВЗ**

|  |                                   |            |              |              |              |               |              |
|--|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Икра морковная                    | 60         | 1,44         | 4,56         | 7,8          | 79,2          | 78 СБР 2004  |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем | 200        | 1,4          | 3,98         | 6,22         | 66            | 142 СБР 2013 |
|  | Котлеты рубленые из птицы         | 90         | 13,5         | 9,6          | 8,35         | 173           | 294 СБР 2011 |
|  | Каша вязкая пшеничная             | 150        | 1,15         | 6            | 21,3         | 152,6         | 510 СБР 2004 |
|  | Компот из смеси сухофруктов       | 200        | 0,5          |              | 27           | 110           | 508 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                | 41         | 3,12         | 0,33         | 20,17        | 96,35         | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                       | 23         | 1,52         | 0,28         | 7,68         | 40,02         | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                     | <b>764</b> | <b>24,63</b> | <b>24,75</b> | <b>98,52</b> | <b>717,17</b> |              |

**Обед ОВЗ дополнительно**

|  |                    |            |              |             |             |              |              |
|--|--------------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|  | Булочка "Веснушка" | 60         | 4,69         | 3,69        | 34,2        | 189,9        | 559 СБР 2013 |
|  | Чай с сахаром      | 200        | 0,181        |             | 13,5        | 52,2         | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>      | <b>260</b> | <b>4,871</b> | <b>3,69</b> | <b>47,7</b> | <b>242,1</b> |              |

**Полдник с 7 до 11 лет**

|  |                                     |            |             |             |             |              |              |
|--|-------------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|  | Булочка "Веснушка"                  | 60         | 4,69        | 3,69        | 34,2        | 189,9        | 559 СБР 2013 |
|  | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200        | 1           | 0,2         | 0,2         | 92           | 518 СБР 2013 |
|  | Апельсин                            | 100        | 0,9         | 0,2         | 8,1         | 43           | 112 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                       | <b>360</b> | <b>6,59</b> | <b>4,09</b> | <b>42,5</b> | <b>324,9</b> |              |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентин"

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: 1 четверг

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|-------------------------|-------------|
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|-------------------------|-------------|

Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                              |     |       |       |       |        |              |
|--------|------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Салат картофельный           | 60  | 1,14  | 3,24  | 8,04  | 66     | 72 СБР 2013  |
|        | Куручка с рисом по-домашнему | 200 | 14,1  | 12,96 | 28,9  | 255,1  | Т.Т.К. № 16  |
|        | Чай с сахаром                | 200 | 0,1   |       | 15    | 60     | 493 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с           | 41  | 3,12  | 0,33  | 20,17 | 96,35  | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                              | 501 | 18,46 | 16,53 | 72,11 | 477,45 |              |

Завтрак ОВЗ

|        |                              |     |       |       |       |        |              |
|--------|------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Салат картофельный           | 60  | 1,14  | 3,24  | 8,04  | 66     | 72 СБР 2013  |
|        | Куручка с рисом по-домашнему | 200 | 14,1  | 12,96 | 28,9  | 255,1  | Т.Т.К. № 16  |
|        | Чай с сахаром                | 200 | 0,1   |       | 15    | 60     | 493 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с           | 41  | 3,12  | 0,33  | 20,17 | 96,35  | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                              | 501 | 18,46 | 16,53 | 72,11 | 477,45 |              |

Завтрак ОВЗ дополнительно

|        |                   |     |       |     |      |       |              |
|--------|-------------------|-----|-------|-----|------|-------|--------------|
|        | Крендель сахарный | 50  | 3,46  | 6,5 | 29,4 | 190   | 555 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром     | 200 | 0,181 |     | 13,5 | 52,2  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                   | 250 | 3,641 | 6,5 | 42,9 | 242,2 |              |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                                          |     |       |       |        |       |              |
|--------|------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|-------|--------------|
|        | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 60  | 0,58  | 6     | 9,77   | 97    | 52 СБР 2013  |
|        | Рассольник Ленинградский                 | 200 | 1,64  | 4,2   | 13     | 97    | 134 СБР 2013 |
|        | Тефтели из говядины с рисом ("ёжики")    | 90  | 8,1   | 13,2  | 9,71   | 187,3 | 390 СБР 2013 |
|        | Каша вязкая (гречневая)                  | 150 | 4,5   | 6,75  | 22,35  | 171   | 510 СБР 2004 |
|        | Компот из свежих плодов или ягод         | 180 | 0,45  | 0,18  | 21     | 86    | 507 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                       | 42  | 3,19  | 0,34  | 20,66  | 98,7  | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                              | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8  | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                          | 742 | 19,78 | 30,91 | 103,17 | 771,8 |              |

Обед ОВЗ

|        |                                          |     |       |       |        |       |              |
|--------|------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|-------|--------------|
|        | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 60  | 0,58  | 6     | 9,77   | 97    | 52 СБР 2013  |
|        | Рассольник Ленинградский                 | 200 | 1,64  | 4,2   | 13     | 97    | 134 СБР 2013 |
|        | Тефтели из говядины с рисом ("ёжики")    | 90  | 8,1   | 13,2  | 9,71   | 187,3 | 390 СБР 2013 |
|        | Каша вязкая (гречневая)                  | 150 | 4,5   | 6,75  | 22,35  | 171   | 510 СБР 2004 |
|        | Компот из свежих плодов или ягод         | 180 | 0,45  | 0,18  | 21     | 86    | 507 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                       | 42  | 3,19  | 0,34  | 20,66  | 98,7  | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                              | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8  | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                          | 742 | 19,78 | 30,91 | 103,17 | 771,8 |              |

Обед ОВЗ дополнительно

|        |                   |     |       |     |      |       |              |
|--------|-------------------|-----|-------|-----|------|-------|--------------|
|        | Крендель сахарный | 50  | 3,46  | 6,5 | 29,4 | 190   | 555 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром     | 200 | 0,181 |     | 13,5 | 52,2  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                   | 250 | 3,641 | 6,5 | 42,9 | 242,2 |              |

Полдник с 7 до 11 лет

|        |                   |     |      |      |      |     |              |
|--------|-------------------|-----|------|------|------|-----|--------------|
|        | Крендель сахарный | 50  | 3,46 | 6,5  | 29,4 | 190 | 555 СБР 2013 |
|        | Молоко кипяченое  | 200 | 5,8  | 5    | 9,6  | 106 | 515 СБР 2013 |
|        | Яблоко            | 100 | 0,4  | 0,4  | 9,8  | 47  | 112 СБР 2013 |
| Итого: |                   | 350 | 9,66 | 11,9 | 48,8 | 343 |              |

**Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"**

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

Дата: 1 пятница

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи                                | Наименование блюда          | Вес блюда  | Белки        | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая ценность | № рецептуры  |
|-------------------------------------------|-----------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------|
| <b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b> |                             |            |              |             |              |                         |              |
|                                           | Гречаники с мясом           | 70         | 9,4          | 3,65        | 7,65         | 100,8                   | Т.Т.К. № 17  |
|                                           | Макаронные изделия отварные | 195        | 7,34         | 0,87        | 37,66        | 188                     | 291 СБР 2013 |
|                                           | Фруктовый чай с яблоком     | 200        | 0,2          |             | 19,2         | 85                      | Т.Т.К. № 5   |
|                                           | Хлеб пшеничный в/с          | 43         | 3,27         | 0,34        | 21,15        | 101,05                  | 108 СБР 2013 |
|                                           | <b>Итого:</b>               | <b>508</b> | <b>20,21</b> | <b>4,86</b> | <b>85,66</b> | <b>474,85</b>           |              |

**Завтрак ОВЗ**

|  |                             |            |              |             |              |               |              |
|--|-----------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Гречаники с мясом           | 70         | 9,4          | 3,65        | 7,65         | 100,8         | Т.Т.К. № 17  |
|  | Макаронные изделия отварные | 195        | 7,34         | 0,87        | 37,66        | 188           | 291 СБР 2013 |
|  | Фруктовый чай с яблоком     | 200        | 0,2          |             | 19,2         | 85            | Т.Т.К. № 5   |
|  | Хлеб пшеничный в/с          | 43         | 3,27         | 0,34        | 21,15        | 101,05        | 108 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>               | <b>508</b> | <b>20,21</b> | <b>4,86</b> | <b>85,66</b> | <b>474,85</b> |              |

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

|  |                 |            |             |             |              |               |              |
|--|-----------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Булочка с маком | 50         | 4,04        | 1,47        | 27,02        | 137,23        | 772 СБР 2004 |
|  | Чай с сахаром   | 200        | 0,1         |             | 21           | 66            | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>250</b> | <b>4,14</b> | <b>1,47</b> | <b>48,02</b> | <b>203,23</b> |              |

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

|  |                                              |            |             |              |               |              |              |
|--|----------------------------------------------|------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
|  | Салат картофельный с зеленым горошком        | 60         | 1,86        | 6,84         | 5,88          | 92           | 65 СБР 2013  |
|  | Суп крестьянский с крупой                    | 200        | 1,7         | 4,08         | 11,64         | 90           | 154 СБР 2013 |
|  | Курица в соусе с томатом                     | 90         | 9,6         | 9,56         | 2,9           | 136          | 405 СБР 2013 |
|  | Пюре из гороха                               | 160        | 15,58       | 1,54         | 30,9          | 186          | 417 СБР 2013 |
|  | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 180        | 0,5         | 0,2          | 23,3          | 95           | 503 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                           | 40         | 3,04        | 0,32         | 19,68         | 94           | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                                  | 20         | 1,32        | 0,24         | 6,68          | 34,8         | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                                | <b>750</b> | <b>33,6</b> | <b>22,78</b> | <b>100,98</b> | <b>727,8</b> |              |

**Обед ОВЗ**

|  |                                              |            |             |              |               |              |              |
|--|----------------------------------------------|------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
|  | Салат картофельный с зеленым горошком        | 60         | 1,86        | 6,84         | 5,88          | 92           | 65 СБР 2013  |
|  | Суп крестьянский с крупой                    | 200        | 1,7         | 4,08         | 11,64         | 90           | 154 СБР 2013 |
|  | Курица в соусе с томатом                     | 90         | 9,6         | 9,56         | 2,9           | 136          | 405 СБР 2013 |
|  | Пюре из гороха                               | 160        | 15,58       | 1,54         | 30,9          | 186          | 417 СБР 2013 |
|  | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 180        | 0,5         | 0,2          | 23,3          | 95           | 503 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                           | 40         | 3,04        | 0,32         | 19,68         | 94           | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                                  | 20         | 1,32        | 0,24         | 6,68          | 34,8         | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                                | <b>750</b> | <b>33,6</b> | <b>22,78</b> | <b>100,98</b> | <b>727,8</b> |              |

**Обед ОВЗ дополнительно**

|  |                 |            |             |             |              |               |              |
|--|-----------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Булочка с маком | 50         | 4,04        | 1,47        | 27,02        | 137,23        | 772 СБР 2004 |
|  | Чай с сахаром   | 200        | 0,1         |             | 21           | 66            | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>250</b> | <b>4,14</b> | <b>1,47</b> | <b>48,02</b> | <b>203,23</b> |              |

**Полдник с 7 до 11 лет**

|  |                 |            |             |             |             |              |              |
|--|-----------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|  | Булочка с маком | 50         | 4,03        | 1,47        | 27          | 137,2        | 772 СБР 2004 |
|  | Ряженка         | 165        |             |             |             | 89,3         | 698 СБР 2004 |
|  | Апельсин        | 100        | 0,9         | 0,2         | 8,1         | 43           | 112 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>315</b> | <b>4,93</b> | <b>1,67</b> | <b>35,1</b> | <b>269,5</b> |              |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания" "Валентин"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 понедельник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи                                | Наименование блюда                     | Вес блюда  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры  |
|-------------------------------------------|----------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|--------------|
| <b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b> |                                        |            |              |              |              |                            |              |
|                                           | Яйца вареные                           | 40         | 5,1          | 4,6          | 0,3          | 63                         | 300 СБР 2013 |
|                                           | Сыр (порциями)                         | 10         | 2,32         | 2,95         |              | 35,8                       | 15 СБР 2011  |
|                                           | Каша пшенная молочная жидкая с сахаром | 215        | 5,54         | 8,62         | 32,4         | 229,4                      | 267 СБР 2013 |
|                                           | Чай с молоком                          | 200        | 1,5          | 1,3          | 15,9         | 81                         | 495 СБР 2013 |
|                                           | Хлеб пшеничный в/с                     | 55         | 4,18         | 0,44         | 27,06        | 129,25                     | 108 СБР 2013 |
|                                           | <b>Итого:</b>                          | <b>520</b> | <b>18,64</b> | <b>17,91</b> | <b>75,66</b> | <b>538,45</b>              |              |

**Завтрак ОВЗ**

|  |                                        |            |              |              |              |               |              |
|--|----------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Яйца вареные                           | 40         | 5,1          | 4,6          | 0,3          | 63            | 300 СБР 2013 |
|  | Сыр (порциями)                         | 10         | 2,32         | 2,95         |              | 35,8          | 15 СБР 2011  |
|  | Каша пшенная молочная жидкая с сахаром | 215        | 5,54         | 8,62         | 32,4         | 229,4         | 267 СБР 2013 |
|  | Чай с молоком                          | 200        | 1,5          | 1,3          | 15,9         | 81            | 495 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                     | 55         | 4,18         | 0,44         | 27,06        | 129,25        | 108 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                          | <b>520</b> | <b>18,64</b> | <b>17,91</b> | <b>75,66</b> | <b>538,45</b> |              |

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

|  |                  |            |            |            |             |            |              |
|--|------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|--------------|
|  | Булочка домашняя | 60         | 4,5        | 7,8        | 36,2        | 233        | 564 СБР 2013 |
|  | Чай с сахаром    | 200        | 0,1        |            | 15          | 60         | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>    | <b>260</b> | <b>4,6</b> | <b>7,8</b> | <b>51,2</b> | <b>293</b> |              |

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

|  |                                           |            |              |              |               |               |              |
|--|-------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
|  | Икра морковная                            | 60         | 1,44         | 4,56         | 7,8           | 79,2          | 78 СБР 2004  |
|  | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) | 250        | 2,3          | 4,25         | 15,1          | 107           | 144 СБР 2013 |
|  | Мясные колбаски с овощами в соусе         | 90         | 6,48         | 3,46         | 8,97          | 93,44         | Т.Т.К. № 14  |
|  | Макаронные изделия отварные               | 180        | 6,79         | 0,81         | 34,8          | 174           | 291 СБР 2013 |
|  | Компот из яблок с лимоном                 | 200        | 0,3          | 0,2          | 25,81         | 103           | 509 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                        | 50         | 3,8          | 0,4          | 24,6          | 117,5         | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                               | 22         | 1,45         | 0,26         | 7,35          | 38,28         | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>852</b> | <b>22,56</b> | <b>13,94</b> | <b>124,43</b> | <b>712,42</b> |              |

**Обед ОВЗ**

|  |                                           |            |              |              |               |               |              |
|--|-------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
|  | Икра морковная                            | 60         | 1,44         | 4,56         | 7,8           | 79,2          | 78 СБР 2004  |
|  | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) | 250        | 2,3          | 4,25         | 15,1          | 107           | 144 СБР 2013 |
|  | Мясные колбаски с овощами в соусе         | 90         | 6,48         | 3,46         | 8,97          | 93,44         | Т.Т.К. № 14  |
|  | Макаронные изделия отварные               | 180        | 6,79         | 0,81         | 34,8          | 174           | 291 СБР 2013 |
|  | Компот из яблок с лимоном                 | 200        | 0,3          | 0,2          | 25,81         | 103           | 509 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                        | 50         | 3,8          | 0,4          | 24,6          | 117,5         | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                               | 22         | 1,45         | 0,26         | 7,35          | 38,28         | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                             | <b>852</b> | <b>22,56</b> | <b>13,94</b> | <b>124,43</b> | <b>712,42</b> |              |

**Обед ОВЗ дополнительно**

|  |                  |            |            |            |             |            |              |
|--|------------------|------------|------------|------------|-------------|------------|--------------|
|  | Булочка домашняя | 60         | 4,5        | 7,8        | 36,2        | 233        | 564 СБР 2013 |
|  | Чай с сахаром    | 200        | 0,1        |            | 15          | 60         | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>    | <b>260</b> | <b>4,6</b> | <b>7,8</b> | <b>51,2</b> | <b>293</b> |              |

**Полдник с 7 до 11 лет**

|  |                  |            |             |             |              |              |              |
|--|------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
|  | Булочка домашняя | 50         | 2,25        | 3,9         | 18,1         | 116,5        | 564 СБР 2013 |
|  | Молоко кипяченое | 200        | 5,8         | 5           | 9,6          | 106          | 515 СБР 2013 |
|  | Яблоко           | 130        | 0,52        | 0,52        | 12,74        | 61,1         | 112 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>    | <b>380</b> | <b>8,57</b> | <b>9,42</b> | <b>40,44</b> | <b>283,6</b> |              |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

2 вторник

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи                                | Наименование блюда           | Вес блюда  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая<br>ценность | № рецептур:  |
|-------------------------------------------|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------|--------------|
| <b>Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет</b> |                              |            |              |              |              |                            |              |
|                                           | Салат картофельный           | 60         | 1,14         | 3,24         | 8,04         | 66                         | 72 СБР 2013  |
|                                           | Курочка с рисом по-домашнему | 200        | 14,1         | 12,96        | 28,9         | 255,1                      | Т.Т.К. № 16  |
|                                           | Чай с сахаром                | 200        | 0,1          |              | 15           | 60                         | 493 СБР 2013 |
|                                           | Хлеб пшеничный в/с           | 41         | 3,12         | 0,33         | 20,17        | 96,35                      | 108 СБР 2013 |
|                                           | <b>Итого:</b>                | <b>501</b> | <b>18,46</b> | <b>16,53</b> | <b>72,11</b> | <b>477,45</b>              |              |

**Завтрак ОВЗ**

|  |                              |            |              |              |              |               |              |
|--|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Салат картофельный           | 60         | 1,14         | 3,24         | 8,04         | 66            | 72 СБР 2013  |
|  | Курочка с рисом по-домашнему | 200        | 14,1         | 12,96        | 28,9         | 255,1         | Т.Т.К. № 16  |
|  | Чай с сахаром                | 200        | 0,1          |              | 15           | 60            | 493 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с           | 41         | 3,12         | 0,33         | 20,17        | 96,35         | 108 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                | <b>501</b> | <b>18,46</b> | <b>16,53</b> | <b>72,11</b> | <b>477,45</b> |              |

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

|  |                 |            |             |             |              |               |              |
|--|-----------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Булочка с маком | 50         | 4,04        | 1,47        | 27,02        | 137,23        | 772 СБР 2004 |
|  | Чай с сахаром   | 200        | 0,1         |             | 21           | 66            | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>250</b> | <b>4,14</b> | <b>1,47</b> | <b>48,02</b> | <b>203,23</b> |              |

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

|  |                                    |            |              |              |               |               |              |
|--|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
|  | Салат из свеклы с курагой и изюмом | 60         | 0,96         | 3,84         | 8,22          | 71            | 57 СБР 2013  |
|  | Суп крестьянский с крупой          | 200        | 1,7          | 4,08         | 11,64         | 90            | 154 СБР 2013 |
|  | Тефтели (1 вариант)                | 105        | 12,9         | 15,37        | 13,09         | 244,3         | 461в1СБР2004 |
|  | Каша вязкая пшеничная              | 150        | 3,15         | 6            | 21,3          | 152,6         | 510 СБР 2004 |
|  | Компот из плодов или ягод сушеных  | 200        | 0,3          |              | 20,1          | 81            | 512 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                 | 39         | 2,96         | 0,31         | 19,18         | 91,65         | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                        | 20         | 1,32         | 0,24         | 6,68          | 34,8          | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                      | <b>774</b> | <b>23,29</b> | <b>29,84</b> | <b>100,21</b> | <b>765,35</b> |              |

**Обед ОВЗ**

|  |                                    |            |              |              |               |               |              |
|--|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
|  | Салат из свеклы с курагой и изюмом | 60         | 0,96         | 3,84         | 8,22          | 71            | 57 СБР 2013  |
|  | Суп крестьянский с крупой          | 200        | 1,7          | 4,08         | 11,64         | 90            | 154 СБР 2013 |
|  | Тефтели (1 вариант)                | 105        | 12,9         | 15,37        | 13,09         | 244,3         | 461в1СБР2004 |
|  | Каша вязкая пшеничная              | 150        | 3,15         | 6            | 21,3          | 152,6         | 510 СБР 2004 |
|  | Компот из плодов или ягод сушеных  | 200        | 0,3          |              | 20,1          | 81            | 512 СБР 2013 |
|  | Хлеб пшеничный в/с                 | 39         | 2,96         | 0,31         | 19,18         | 91,65         | 108 СБР 2013 |
|  | Хлеб ржаной                        | 20         | 1,32         | 0,24         | 6,68          | 34,8          | 109 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>                      | <b>774</b> | <b>23,29</b> | <b>29,84</b> | <b>100,21</b> | <b>765,35</b> |              |

**Обед ОВЗ дополнительно**

|  |                 |            |             |             |              |               |              |
|--|-----------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Булочка с маком | 50         | 4,04        | 1,47        | 27,02        | 137,23        | 772 СБР 2004 |
|  | Чай с сахаром   | 200        | 0,1         |             | 21           | 66            | 493 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>   | <b>250</b> | <b>4,14</b> | <b>1,47</b> | <b>48,02</b> | <b>203,23</b> |              |

**Полдник с 7 до 11 лет**

|  |                   |            |              |             |              |               |              |
|--|-------------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  | Булочка с маком   | 50         | 4,03         | 1,47        | 27           | 137,2         | 772 СБР 2004 |
|  | Ряженка с сахаром | 205        | 5,8          | 5           | 12,99        | 119,95        | 516 СБР 2013 |
|  | Яблоко            | 100        | 0,4          | 0,4         | 9,8          | 47            | 112 СБР 2013 |
|  | <b>Итого:</b>     | <b>355</b> | <b>10,23</b> | <b>6,87</b> | <b>49,79</b> | <b>304,15</b> |              |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания" "Валентин"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: 2 среда

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|

Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                          |     |       |       |       |        |                |
|--------|--------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|----------------|
|        | Тефтели из птицы         | 90  | 14,51 | 3,76  | 9,28  | 133,32 | Т.Т.К. № 10    |
|        | Рагу овощное (3 вариант) | 160 | 4     | 14,24 | 21,6  | 233    | 541СБР2004(3в) |
|        | Чай с лимоном            | 200 | 0,1   |       | 15,2  | 61     | 494 СБР 2013   |
|        | Хлеб пшеничный в/с       | 52  | 3,95  | 0,41  | 25,58 | 122,2  | 108 СБР 2013   |
| Итого: |                          | 502 | 22,56 | 18,41 | 71,66 | 549,52 |                |

Завтрак ОВЗ

|        |                          |     |       |       |       |        |                |
|--------|--------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|----------------|
|        | Тефтели из птицы         | 90  | 14,51 | 3,76  | 9,28  | 133,32 | Т.Т.К. № 10    |
|        | Рагу овощное (3 вариант) | 160 | 4     | 14,24 | 21,6  | 233    | 541СБР2004(3в) |
|        | Чай с лимоном            | 200 | 0,1   |       | 15,2  | 61     | 494 СБР 2013   |
|        | Хлеб пшеничный в/с       | 52  | 3,95  | 0,41  | 25,58 | 122,2  | 108 СБР 2013   |
| Итого: |                          | 502 | 22,56 | 18,41 | 71,66 | 549,52 |                |

Завтрак ОВЗ дополнительно

|        |                    |     |       |      |      |       |              |
|--------|--------------------|-----|-------|------|------|-------|--------------|
|        | Булочка "Веснушка" | 60  | 4,69  | 3,69 | 34,2 | 189,9 | 559 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром      | 200 | 0,181 |      | 13,5 | 52,2  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                    | 260 | 4,871 | 3,69 | 47,7 | 242,1 |              |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                                        |     |       |       |        |        |              |
|--------|----------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|        | Салат картофельный с огурцами солеными | 60  | 1,02  | 3,18  | 6,3    | 57,6   | 66 СБР 2013  |
|        | Борщ с фасолью и картофелем            | 200 | 3,12  | 4,32  | 13,36  | 104,8  | 129 СБР 2013 |
|        | "Колобки" мясные с овощами с соусом    | 90  | 6,48  | 3,46  | 8,97   | 93,44  | Т.Т.К. № 23  |
|        | Каша перловая рассыпчатая с овощами    | 150 | 3,72  | 6,88  | 28,17  | 242,4  | Т.Т.К. № 15  |
|        | Компот из апельсинов с яблоками        | 190 | 0,47  | 0,19  | 21,09  | 88,35  | 510 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                     | 49  | 3,72  | 0,39  | 24,1   | 115,15 | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                            | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                        | 759 | 19,85 | 18,66 | 108,67 | 736,54 |              |

Обед ОВЗ

|        |                                        |     |       |       |        |        |              |
|--------|----------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|        | Салат картофельный с огурцами солеными | 60  | 1,02  | 3,18  | 6,3    | 57,6   | 66 СБР 2013  |
|        | Борщ с фасолью и картофелем            | 200 | 3,12  | 4,32  | 13,36  | 104,8  | 129 СБР 2013 |
|        | "Колобки" мясные с овощами с соусом    | 90  | 6,48  | 3,46  | 8,97   | 93,44  | Т.Т.К. № 23  |
|        | Каша перловая рассыпчатая с овощами    | 150 | 3,72  | 6,88  | 28,17  | 242,4  | Т.Т.К. № 15  |
|        | Компот из апельсинов с яблоками        | 190 | 0,47  | 0,19  | 21,09  | 88,35  | 510 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                     | 49  | 3,72  | 0,39  | 24,1   | 115,15 | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                            | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                        | 759 | 19,85 | 18,66 | 108,67 | 736,54 |              |

Обед ОВЗ дополнительно

|        |                    |     |       |      |      |       |              |
|--------|--------------------|-----|-------|------|------|-------|--------------|
|        | Булочка "Веснушка" | 60  | 4,69  | 3,69 | 34,2 | 189,9 | 559 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром      | 200 | 0,181 |      | 13,5 | 52,2  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                    | 260 | 4,871 | 3,69 | 47,7 | 242,1 |              |

Полдник с 7 до 11 лет

|        |                                     |     |      |      |      |       |              |
|--------|-------------------------------------|-----|------|------|------|-------|--------------|
|        | Булочка "Веснушка"                  | 60  | 4,69 | 3,69 | 34,2 | 189,9 | 559 СБР 2013 |
|        | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1    | 0,2  | 0,2  | 92    | 518 СБР 2013 |
|        | Апельсин                            | 100 | 0,9  | 0,2  | 8,1  | 43    | 112 СБР 2013 |
| Итого: |                                     | 360 | 6,59 | 4,09 | 42,5 | 324,9 |              |

щество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

в: 2 четверг

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|----------------------------|-------------|

**Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет**

|               |                                     |     |       |      |       |        |              |
|---------------|-------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|--------------|
|               | Котлеты рубленые из птицы с овощами | 70  | 7,38  | 7,36 | 7,19  | 119,07 | Т.Т.К. № 7   |
|               | Макаронные изделия отварные         | 200 | 7,52  | 0,89 | 38,6  | 193    | 291 СБР 2013 |
|               | Чай с вареньем                      | 200 | 0,1   |      | 15    | 60     | 493 СБР 2013 |
|               | Хлеб пшеничный в/с                  | 49  | 3,72  | 0,39 | 24,1  | 115,15 | 108 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                                     | 519 | 18,72 | 8,64 | 84,89 | 487,22 |              |

**Завтрак ОВЗ**

|               |                                     |     |       |      |       |        |              |
|---------------|-------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|--------------|
|               | Котлеты рубленые из птицы с овощами | 70  | 7,38  | 7,36 | 7,19  | 119,07 | Т.Т.К. № 7   |
|               | Макаронные изделия отварные         | 200 | 7,52  | 0,89 | 38,6  | 193    | 291 СБР 2013 |
|               | Чай с вареньем                      | 200 | 0,1   |      | 15    | 60     | 493 СБР 2013 |
|               | Хлеб пшеничный в/с                  | 49  | 3,72  | 0,39 | 24,1  | 115,15 | 108 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                                     | 519 | 18,72 | 8,64 | 84,89 | 487,22 |              |

**Завтрак ОВЗ дополнительно**

|               |                  |     |     |     |      |     |              |
|---------------|------------------|-----|-----|-----|------|-----|--------------|
|               | Булочка домашняя | 60  | 4,5 | 7,8 | 36,2 | 233 | 564 СБР 2013 |
|               | Чай с сахаром    | 200 | 0,1 |     | 15   | 60  | 493 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                  | 260 | 4,6 | 7,8 | 51,2 | 293 |              |

**Обед для учащихся с 7 до 11 лет**

|               |                                              |     |       |       |        |        |              |
|---------------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|               | Салат картофельный с морковью и зеленым горо | 60  | 1,68  | 4,26  | 5,94   | 69     | 74 СБР 2013  |
|               | Суп из овощей                                | 250 | 2,2   | 4,4   | 12,4   | 99     | 135 СБР 2004 |
|               | Гуляш из птицы                               | 90  | 8,4   | 8,33  | 3,01   | 122,5  | Т.Т.К. № 9   |
|               | Рис припущенный                              | 160 | 3,78  | 6,4   | 34,56  | 211,5  | 415 СБР 2013 |
|               | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1,4   |       | 29     | 122    | 503 СБР 2013 |
|               | Хлеб пшеничный в/с                           | 43  | 3,27  | 0,34  | 21,15  | 101,05 | 108 СБР 2013 |
|               | Хлеб ржаной                                  | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                                              | 823 | 22,05 | 23,97 | 112,74 | 759,85 |              |

**Обед ОВЗ**

|               |                                              |     |       |       |        |        |              |
|---------------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|               | Салат картофельный с морковью и зеленым горо | 60  | 1,68  | 4,26  | 5,94   | 69     | 74 СБР 2013  |
|               | Суп из овощей                                | 250 | 2,2   | 4,4   | 12,4   | 99     | 135 СБР 2004 |
|               | Гуляш из птицы                               | 90  | 8,4   | 8,33  | 3,01   | 122,5  | Т.Т.К. № 9   |
|               | Рис припущенный                              | 160 | 3,78  | 6,4   | 34,56  | 211,5  | 415 СБР 2013 |
|               | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1,4   |       | 29     | 122    | 503 СБР 2013 |
|               | Хлеб пшеничный в/с                           | 43  | 3,27  | 0,34  | 21,15  | 101,05 | 108 СБР 2013 |
|               | Хлеб ржаной                                  | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                                              | 823 | 22,05 | 23,97 | 112,74 | 759,85 |              |

**Обед ОВЗ дополнительно**

|               |                  |     |     |     |      |     |              |
|---------------|------------------|-----|-----|-----|------|-----|--------------|
|               | Булочка домашняя | 60  | 4,5 | 7,8 | 36,2 | 233 | 564 СБР 2013 |
|               | Чай с сахаром    | 200 | 0,1 |     | 15   | 60  | 493 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                  | 260 | 4,6 | 7,8 | 51,2 | 293 |              |

**Полдник с 7 до 11 лет**

|               |                  |     |      |     |      |       |              |
|---------------|------------------|-----|------|-----|------|-------|--------------|
|               | Булочка домашняя | 50  | 2,25 | 3,9 | 18,1 | 116,5 | 564 СБР 2013 |
|               | Молоко кипяченое | 200 | 5,8  | 5   | 9,6  | 106   | 515 СБР 2013 |
|               | Яблоко           | 100 | 0,4  | 0,4 | 9,8  | 47    | 112 СБР 2013 |
| <b>Итого:</b> |                  | 350 | 8,45 | 9,3 | 37,5 | 269,5 |              |

Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентин"

День: 2 пятница

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|-------------------------|-------------|
|------------|--------------------|-----------|-------|------|----------|-------------------------|-------------|

Завтрак для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                         |     |       |       |       |        |              |
|--------|-------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Сыр (порциями)          | 10  | 2,32  | 2,95  |       | 35,8   | 15 СБР 2011  |
|        | Гуляш (из свинины)      | 75  | 3,15  | 16,08 | 2,4   | 176    | 401 СБР 1996 |
|        | Каша вязкая (гречневая) | 180 | 5,4   | 8,1   | 26,82 | 205,2  | 510 СБР 2004 |
|        | Чай апельсиновый        | 200 |       |       | 19,95 | 74,73  | Т.Т.К. № 3   |
|        | Хлеб пшеничный в/с      | 42  | 3,19  | 0,34  | 20,66 | 98,7   | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                         | 507 | 14,06 | 27,47 | 69,83 | 590,43 |              |

Завтрак ОВЗ

|        |                         |     |       |       |       |        |              |
|--------|-------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------------|
|        | Сыр (порциями)          | 10  | 2,32  | 2,95  |       | 35,8   | 15 СБР 2011  |
|        | Гуляш (из свинины)      | 75  | 3,15  | 16,08 | 2,4   | 176    | 401 СБР 1996 |
|        | Каша вязкая (гречневая) | 180 | 5,4   | 8,1   | 26,82 | 205,2  | 510 СБР 2004 |
|        | Чай апельсиновый        | 200 |       |       | 19,95 | 74,73  | Т.Т.К. № 3   |
|        | Хлеб пшеничный в/с      | 42  | 3,19  | 0,34  | 20,66 | 98,7   | 108 СБР 2013 |
| Итого: |                         | 507 | 14,06 | 27,47 | 69,83 | 590,43 |              |

Завтрак ОВЗ дополнительно

|        |                   |     |       |     |      |       |              |
|--------|-------------------|-----|-------|-----|------|-------|--------------|
|        | Крендель сахарный | 50  | 3,46  | 6,5 | 29,4 | 190   | 555 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром     | 200 | 0,181 |     | 13,5 | 52,2  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                   | 250 | 3,641 | 6,5 | 42,9 | 242,2 |              |

Обед для учащихся с 7 до 11 лет

|        |                                          |     |       |       |        |        |              |
|--------|------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|        | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 60  | 0,58  | 6     | 9,77   | 97     | 52 СБР 2013  |
|        | Суп картофельный с бобовыми              | 250 | 6,2   | 5,6   | 22,3   | 167    | 139 СБР 2004 |
|        | Плов из птицы                            | 210 | 14,3  | 13,6  | 29,1   | 265    | 492 СБР 2004 |
|        | Компот из смеси сухофруктов              | 200 | 0,5   |       | 27     | 110    | 508 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                       | 37  | 2,81  | 0,3   | 18,2   | 86,95  | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                              | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                          | 777 | 25,71 | 25,74 | 113,05 | 760,75 |              |

Обед ОВЗ

|        |                                          |     |       |       |        |        |              |
|--------|------------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
|        | Салат из свеклы с изюмом или черносливом | 60  | 0,58  | 6     | 9,77   | 97     | 52 СБР 2013  |
|        | Суп картофельный с бобовыми              | 250 | 6,2   | 5,6   | 22,3   | 167    | 139 СБР 2004 |
|        | Плов из птицы                            | 210 | 14,3  | 13,6  | 29,1   | 265    | 492 СБР 2004 |
|        | Компот из смеси сухофруктов              | 200 | 0,5   |       | 27     | 110    | 508 СБР 2013 |
|        | Хлеб пшеничный в/с                       | 37  | 2,81  | 0,3   | 18,2   | 86,95  | 108 СБР 2013 |
|        | Хлеб ржаной                              | 20  | 1,32  | 0,24  | 6,68   | 34,8   | 109 СБР 2013 |
| Итого: |                                          | 777 | 25,71 | 25,74 | 113,05 | 760,75 |              |

Обед ОВЗ дополнительно

|        |                   |     |       |     |      |       |              |
|--------|-------------------|-----|-------|-----|------|-------|--------------|
|        | Крендель сахарный | 50  | 3,46  | 6,5 | 29,4 | 190   | 555 СБР 2013 |
|        | Чай с сахаром     | 200 | 0,181 |     | 13,5 | 52,2  | 493 СБР 2013 |
| Итого: |                   | 250 | 3,641 | 6,5 | 42,9 | 242,2 |              |

Полдник с 7 до 11 лет

|        |                    |     |       |       |       |       |              |
|--------|--------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------------|
|        | Сдоба обыкновенная | 50  | 5,37  | 3,86  | 27,76 | 164,6 | 766 СБР 2004 |
|        | Ряженка            | 180 | 5,4   | 10,8  | 7,38  | 152,1 | 698 СБР 2004 |
|        | Апельсин           | 100 | 0,9   | 0,2   | 8,1   | 43    | 112 СБР 2013 |
| Итого: |                    | 330 | 11,67 | 14,86 | 43,24 | 359,7 |              |

**Общество с ограниченной ответственностью "Комбинат школьного питания "Валентина"**

**Ведомость контроля за рационом питания**

Режим питания: трехразное

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

с 04.04.2025

по

26.05.2025

| Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции                                                                                                                                                                                     | Количество пищевой продукции      |        |        |        |        |        |        |        |        |        | Всего за 10 дней |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                 | Норма продукции в граммах (нетто) | 1      | 2      | 3      | 4      | 5      | 6      | 7      | 8      | 9      | 10               |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                                                                                                                                                                                                                   | 52                                | 0,023  | 0,02   | 0,023  | 0,02   | 0,02   | 0,022  | 0,02   | 0,02   | 0,02   | 0,208            |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                  | 97                                | 0,071  | 0,0945 | 0,08   | 0,083  | 0,105  | 0,08   | 0,101  | 0,092  | 0,079  | 0,8685           |
| Мука пшеничная                                                                                                                                                                                                                                  | 10                                | 0,039  | 0,0485 | 0,0815 | 0,0338 | 0,044  | 0,0467 | 0,0529 | 0,0626 | 0,053  | 0,501            |
| Крупы, бобовые                                                                                                                                                                                                                                  | 30                                | 0,0748 | 0,052  | 0,0375 | 0,1015 | 0,0975 | 0,06   | 0,1015 | 0,0535 | 0,055  | 0,7528           |
| Макаронные изделия                                                                                                                                                                                                                              | 10                                |        | 0,064  |        |        | 0,066  | 0,062  |        | 0,068  |        | 0,26             |
| Картофель                                                                                                                                                                                                                                       | 121                               | 0,115  | 0,1    | 0,137  | 0,187  | 0,088  | 0,104  | 0,121  | 0,1815 | 0,1305 | 0,084            |
| Овощи (свежие, мороженные, консервированные), включая соевые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень.                                                                                                 | 182                               | 0,165  | 0,119  | 0,3129 | 0,1547 | 0,0962 | 0,1245 | 0,182  | 0,3088 | 0,1307 | 1,7268           |
| Фрукты свежие                                                                                                                                                                                                                                   | 120                               | 0,1884 | 0,136  | 0,159  | 0,155  | 0,157  | 0,236  | 0,114  | 0,247  | 0,114  | 1,6714           |
| Сухофрукты                                                                                                                                                                                                                                      | 10                                |        | 0,0271 | 0,0065 |        |        | 0,027  | 0,0021 |        |        | 0,0942           |
| Совн. плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. instantные                                                                                                                                                                             | 130                               |        |        | 0,2    |        |        |        | 0,2    |        |        | 0,4              |
| Мясо 1 категории                                                                                                                                                                                                                                | 45,5                              |        | 0,0952 | 0,0326 | 0,038  | 0,041  | 0,027  | 0,044  | 0,027  | 0,003  | 0,3518           |
| Субпродукты (печень, язык, сердце)                                                                                                                                                                                                              | 20                                |        |        |        |        |        |        | 0,058  |        |        | 0,058            |
| Филе курицы                                                                                                                                                                                                                                     | 23                                | 0,058  |        | 0,073  | 0,058  | 0,073  |        |        | 0,047  | 0,096  | 0,0725           |
| Рыба-филе, в т.ч. филе слабо или малосоленое                                                                                                                                                                                                    | 38                                |        |        |        |        |        |        |        |        |        | 0,4775           |
| Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)                                                                                                                                                                                                          | 195                               | 0,397  |        |        | 0,21   |        | 0,372  | 0,205  |        | 0,21   | 1,394            |
| Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2 %)                                                                                                                                                                                         | 97                                |        | 0,205  | 0,205  |        | 0,155  |        |        |        |        | 0,75             |
| Творог (массовая доля жира не более 9%)                                                                                                                                                                                                         | 32,5                              |        |        |        |        |        |        |        |        |        | 0                |
| Сыр                                                                                                                                                                                                                                             | 6,5                               | 0,01   |        |        |        |        | 0,0105 |        |        |        | 0,1255           |
| Сметана(массовая доля жира не более 15%)                                                                                                                                                                                                        | 6,5                               | 0,0025 |        |        | 0,004  | 0,004  |        |        |        |        | 0,0105           |
| Масло сливочное                                                                                                                                                                                                                                 | 19,5                              | 0,01   | 0,013  | 0,005  | 0,0088 | 0,0088 | 0,013  | 0,005  | 0,016  | 0,016  | 0,1016           |
| Масло растительное                                                                                                                                                                                                                              | 10                                | 0,016  | 0,0236 | 0,0326 | 0,0217 | 0,0217 | 0,0217 | 0,0254 | 0,0218 | 0,0254 | 0,2099           |
| Яйцо диетическое                                                                                                                                                                                                                                | 26                                | 0,005  | 0,005  | 0,0013 | 0,0058 | 0,0075 | 0,041  | 0,0326 | 0,0013 | 0,006  | 0,1068           |
| Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержание сахара, выдана сахара должна быть, уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой продукции) | 19,5                              | 0,035  | 0,0358 | 0,0363 | 0,035  | 0,0413 | 0,0635 | 0,0328 | 0,0326 | 0,0409 | 0,3849           |
| Кондитерские изделия                                                                                                                                                                                                                            | 6,5                               | 0,0503 |        |        |        | 0,0003 |        | 0,0003 |        |        | 0,0509           |
| Чай                                                                                                                                                                                                                                             | 0,65                              |        | 0,0005 | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,008            |
| Какао (кофейный напиток)                                                                                                                                                                                                                        | 0,65                              | 0,0024 |        |        |        |        |        |        |        |        | 0,0024           |
| Дрожжи хлебопекарные                                                                                                                                                                                                                            | 0,13                              | 0,0006 | 0,0011 | 0,0016 | 0,0006 | 0,0006 | 0,0011 | 0,0007 | 0,0014 | 0,0011 | 0,0095           |
| Соль                                                                                                                                                                                                                                            | 2                                 | 0,0012 | 0,0012 | 0,0014 | 0,0014 | 0,0014 | 0,0013 | 0,0018 | 0,0019 | 0,0012 | 0,0143           |

Подпись машинного работника и дата

Директор ООО "КШП "Валентина"

В.М.Пискунова