

УТВЕРЖДАЮ:

**Генеральный директор
МУП по ОШСП города Ростова-на-Дону**

_____ **Г.В.Круглова**

М.П.

«___» _____ **2021 г.**

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

**МУП по ОШСП города Ростова-на-Дону для обеспечения питанием
обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
в образовательных учреждениях
Первомайского района города Ростова-на-Дону**

1. МБОУ «Школа № 10» _____ Щербачева С.А.
м.п.
2. МБОУ «Школа № 16» _____ Шелуженко Е.В.
м.п.
3. МБОУ «Школа № 18» _____ Аксенова М.Н.
м.п.
4. МБОУ «Гимназия № 19» _____ Назарян А.М.
м.п.
5. МБОУ «Лицей № 20» _____ Копыткова Ж.И.
м.п.
6. МБОУ «Школа № 21» _____ Калашникова Н.В.
м.п.
7. МБОУ «Школа № 23» _____ Шемет С.Г.
м.п.
8. МБОУ «Школа № 24» _____ Александрова Н.В.
м.п.
9. МБОУ «Школа № 44» _____ Якубец И.П.
м.п.
10. МБОУ «Школа № 54» _____ Александрова Ю.С.
м.п.
11. МБОУ «Школа № 84» _____ Гонсалес Ф.Ф.
м.п.
12. МБОУ «Школа № 91» _____ Глебездина М.П.
м.п.
13. МБОУ «Школа № 97» _____ Беленко Л.В.
м.п.
14. МБОУ «Школа № 105» _____ Приходько Н.В.
м.п.
15. МБОУ «Школа № 109» _____ Глебездина И.А.
м.п.
16. МБОУ «Школа № 111» _____ Бондарева О.П.
м.п.
17. МБОУ «Школа № 113» _____ Воронина И.А.
м.п.

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Примерное двухнедельное меню комплексных завтраков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 класс
Сезон: осень-зима-весна
2. Примерное двухнедельное меню комплексных обедов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 1-4 класс
Сезон: осень-зима-весна
3. Примерное двухнедельное меню комплексных завтраков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 класс
Сезон: осень-зима-весна
4. Примерное двухнедельное меню комплексных обед для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 5-11 класс
Сезон: осень-зима-весна

Первомайский район:

Примерное двухнедельное меню комплексных завтраков
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
1-4 классов (с 7 до 11 лет)
зон : осень-зима-весна с 01.09.2021

рецептуры	Наименование блюда	выход г.	Б гр.	Ж гр.	У гр.	Энер. Цен.
1-я неделя						
1-й день						
15	Сыр Российский	15	3,75	4,80		54,00
14	Масло сливочное	15	0,08	7,82	0,1	109,90
203	Яйцо куриное отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75
173	Каша геркулесовая с курагой	6,4	5,5	5	47,5	228
тк	Хлеб пшеничный	38	2,9	0,20,7	15,7	88,9
377	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81
	Всего					640,55
2-й день						
52	Салат из свеклы	20	0,64	0,04	1,13	18,7
243	Сосиска отварная	50	5,9	10,0	0,0	115,3
204	Макароны с сыром 100/20/5	125	8,1	4,9	19,3	156,0
тк	Хлеб пшеничный	48	3,8	0,3	20,7	117
383	Какао	200	3,7	2,6	25,0	138,4
	Всего					545,4
3-й день						
15	Сыр Российский	10	2,5	3,2		40
222	Пудинг .твор соус/см 100/10	110	11	8,8	44	286
тк	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,33	22,77	128
14	Масло сливочное	10	2,65	2,65		36
377	Чай с сахаром	200	0,1	5,2	0,0	73,8
	Всего					563,8
4-й день						
15	Сыр Российский	20	5	6,4		80
294	Котлета куриная	80	17,77	18,84	9,16	278,2
302	Каша пшеничная	150	5,7	5,7	33,9	210
20	Огурец свежий	20	0,16	0,20	0,6	3
тк	Хлеб пшеничный	45	3,5	0,27	19,08	110,77
376	Чай с сахаром	200	0,2		15,0	60,0
	Всего					741,97
5-й день						
14	Масло сливочное	15	0,08	7,82	0,1	109,90
20	Огурец свежий	20	0,16	0,20	0,6	3
234	Биточек рыбный	80	16,6	4,8	21,06	252,98
125	Картофель отварной	150	3,39	55,39	21,64	139
тк	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,36	24,8	144
377	Чай с лимоном	200	0,2		15	60
	Всего					708,88
6-й день						
23	Помидор свежий	40	0,32	0,04	1,12	6
тк	Котлета пикантная	80	10,4	12,9	12,8	238,6
302	Каша гречневая	150	4,5	5,1	21,9	151
тк	Хлеб пшеничный	51	4,18	0,33	22,77	128
376	Чай с сахаром	200	0,2		9,5	60,0
	Всего					583,6
2-я неделя						
1-й день						
15	Сыр Российский	10	2,5	3,2		40
20	Огурец свежий	30	0,16	0,20	0,6	3
293	Плов из курицы 80/150	230	19,45	11,98	41,02	351,13
15	Хлеб пшеничный	47	3,5	0,27	19,08	110,77
377	Чай с лимоном	200	0,2		15	60
	Всего					564,9
2-й день						
23	Помидоры свежие	20	0,16	0,02	0,56	3
14	Масло сливочное	10	0,05	5,21	0,04	73,27
279	Гёфтели мясные60/50	110	14,27	19,27	22,37	321,11
310	Картофель отварной	130	2,94	48	18,75	129
тк	Хлеб пшеничный	63	4,78	0,38	26,04	151,2
тк	Чай с сахаром	200	0,2		9,5	60,0
	Всего					737,58

3-й день						
15	Сыр Российский	10	2,5	3,2		40
222	Пудинг .твор соу сч/см 100/10	110	11	8,8	44	286
ТТК	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,33	22,77	128
14	Масло сливочное	10	2,65	2,65		36
377	Чай с сахаром	200	0,1	5,2	0,0	73,8
						563,8
4-й день						
15	Сыр Российский	10	2,5	3,2		40
20	Огурец свежий	20	0,16	0,20	0,6	3
280	Фрикадельки мясн в соусе 90/30	120	12,92	26,72	17,01	356,43
302	Каша пшеничная	150	5,7	5,7	33,9	210
ТТК	Хлеб пшеничный	39	2,9	0,20,7	15,7	88,9
376	Чай с сахаром	200	0,2		15,0	60,0
	Всего					758,33
5-й день						
52	Салат из свеклы	20	0,64	0,04	1,13	18,7
290	Птица тушеная в соусе 60/40	110	14,25	17,08	0,31	212,20
302	Рис отварной	150	3,3	3	34,8	179
ТТК	Хлеб пшеничный	31	2,35	0,19	12,83	74,4
376	Чай с лимоном	200	2,65	2,65		36
	Всего					520,3
6-й день						
20	Огурец свежий	20	0,16	0,20	0,6	3
14	Масло сливочное	20	0,1	10,4	0,1	146,5
229	Минтай с овощами 50/50	100	10,47	0,6	3,96	62,46
302	Каша пшеничная	150	5,7	5,7	33,9	210
ТТК	Хлеб пшеничный	47	3,5	0,27	19,08	110,77
376	Чай с лимоном	200	0,2		9,5	60,0
	Всего					592,73

В питании обучающихся используются сезонные овощи.

Используемая литература:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Москва (2011г.)
2. И.М. Скурихин, В.А. Тутельян Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва 2007 г.
3. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20

Исполнитель:

Бухгалтер-калькулятор: Сарнюк А.А.

Тел : 203 80 26