

Согласовано  
Территориальный отдел Управления Федеральной службы по  
надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
по Нижегородской области в Лысковском, Воротынском,  
Княгининском, Краснооктябрьском, Пильнинском, Спасском,  
Сергачском, Сеченовском районах  
Капустина А.А. Капустина  
«    »    2020г.

Утверждено  
Директор МБОУ Воротынская средняя школа  
Ю.В. Зайцева  
«    »    2020г.

МБОУ Воротынская средняя школа  
14 – дневное меню для возрастной группы 7-11 лет (ОВЗ)  
с длительностью пребывания детей до 15.00 час.

Питание двухразовое  
Адрес: 606260 Нижегородская обл.  
п. Воротынец ул. Космонавтов, д.8  
Время работы: 8.30 час. до 15.15 час.

# 1 день

Рацион питания	№ рецептуры	Наименование блюд	Выход г	Химический состав			Ккал.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
1 день								
Завтрак	1983, 42/3	Сыр	20	4,6	5,8	-	72,0	
	1986	Булочка домашняя	100	8,1	14,1	62,0	407,8	
	1983, 411/1	Каша манная с маслом с сахаром	200/10/10	6,26	10,06	42,1	284,0	
	1983, 1009/1	Чай сладкий вит.	200	0,2	0,05	15,0	61,3	
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4	
			Итого:		21,66	30,97	121,0	913,5
Обед	Пр. производство	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	45,0	
	1983, 81/3	Салат из свежей капусты	100	3,07	5,16	13,52	112,9	
	1983, 221/3	Суп гороховый с колбасой	250/20	10,79	7,11	20,708	190,22	
	1983, 49	<b>Колбаса отварная</b>	100	22,6	20,88	-	170,0	
	1983, 759/3	<b>Картофельное пюре</b>	150	4,4	5,5	31,0	191,4	
		<b>Пр. производство Сок</b>		<b>200</b>	<b>1,0</b>	<b>-</b>	<b>18,2</b>	<b>76,0</b>
			Хлеб ржаной	70	4,4	0,84	23,9	122,0
		Итого:		46,76	39,89	117,128	907,52	
2 день								
Завтрак	Пр. производство	<b>Вафли</b>	50	1,18	2,35	37,5	183,0	
	1983, 95/1	<b>Салат из моркови с сахаром</b>	95/5	1,4	0,2	11,4	53,0	
	1983, 48/2	Колбаса п/к	50	8,6	16,9	-	186,3	

	1983, 411/1	Каша пшеничная с маслом с сахаром	200/10/10	8,54	11,2	53,9	350,0
	1983, 924/3	Компот из свежих яблок вит.	200	0,18	0,18	28,4	115,97
		Батон белый	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		Итого:		22,4	31,79	133,1	973,67
Обед	Пр. производство	Бананы	200	1,2	0,08	15,36	71,2
	1983, таб. 11	Огурец соленый	50	0,4	0,05	0,8	5,3
	1983, 197/3	Щи из свежей капусты с мясом	250/20	10,49	9,57	13,16	180,68
	1983, 702,1	Рагу из курицы	75/250	25,95	30,2	44,0	551,8
	1983, 1009/1	Чай сладкий вит.	200	0,2	0,05	15,0	61,3
		Хлеб ржаной	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		Итого:		42,74	40,79	112,22	992,28
3 день							
Завтрак	Пр. производство	Йогурт	100	3,08	1,13	4,43	42,8
	1983, 467/3	Омлет из 2-х яиц	113/5	6,05	9,23	1,09	111,6
	1983, 948/3	Компот из кураги вит.	200	0,1	-	3,1	12,4
		Батон белый	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		Итого:		11,73	11,32	10,52	252,2
Обед	Пр. производство	Мандарин	100	0,9	0,2	3,8	23,0
	1983, 131/1	Икра свекольная	100	1,99	7,59	14,13	132,75

	1983, 223/3	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,53	2,54	26,44	142,74
	1983, 642/3	Плов из говядины	75/100	20,13	21,77	52,95	491,84
	1983, 948/3	Кисель п / я вит.	200	-	-	31,0	124,0
		Хлеб ржаной	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		Итого:		31,05	32,94	152,22	1036,33
4 день							
Завтрак	1983	<b>Ветчина</b>	50	5,65	5,22	-	42,5
	1983, 499/1	<b>Творожная запеканка со сгущенным молоком</b>	150/30	27,7	14,4	45,4	425,5
	1983, 1009/1	<b>Чай сладкий вит.</b>	200	0,2	0,05	15,0	61,3
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		36,05	20,63	62,3	614,7
Обед	Пр. производство	<b>Конфеты</b>	50	0,8	7,9	10,84	113,8
	1983, 208/3	<b>Рассольник ленинградский с мясом</b>	250/20	10,83	9,08	21,08	216,78
	1983, 675/1	<b>Биточки по- селянски с соусом</b>	50/50	13,92	16,53	5,46	227,1
	1983, 442/1	<b>Рожки отварные</b>	150	5,35	4,8	35,63	207,24
	Пр. производство	<b>Сок</b>	200	1,0	-	18,2	76,0
		<b>Хлеб ржаной</b>					
		<b>Итого:</b>		36,4	39,15	115,11	962,92

5 день							
Завтрак	Пр. производство	<b>Печенье</b>	50	1,5	1,96	11,16	83,4
	1983, 441/1	<b>Каша рисовая с маслом с сахаром</b>	200/10/10	5,9	9,99	52,15	322,2
	1983, 1024/1	<b>Кофейный напиток на сгущенном молоке</b>	200	1,79	1,72	24,27	119,0
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		11,69	14,63	89,48	610,0
Обед	Пр. производство	<b>Бананы</b>	100	1,2	0,08	15,36	71,2
	1983, 215/1	<b>Суп картофельный</b>	250	3,58	2,64	27,43	151,39
	1983, 131/2	<b>Икра морковная</b>	100	2,99	11,4	21,2	199,1
	1983, 680/3	<b>Картофельная запеканка с мясом с маслом</b>	243/5	20,18	27,09	45,28	495,92
	1983, 924/3	<b>Компот из черной смородины вит.</b>	200	0,18	0,18	28,33	115,97
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		32,63	42,23	161,5	1155,58
6 день							
Завтрак	1983	<b>Пирожок печеный с повидлом</b>	75	5,67	10,1	52,1	320,6
	1983, 417	<b>Каша геркулесовая с маслом с сахаром</b>	200/10/10	7,64	13,25	42,8	320,85

	1983, 1009/1	<b>Чай сладкий вит.</b>	200	0,2	0,05	15,0	61,0
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		16,01	24,36	111,8	787,85
Обед	Пр. производство	<b>Апельсин</b>	100	0,9	0,2	3,8	23,0
	1983, 176/1	<b>Борщ из свежей капусты с мясом</b>	250/20	10,14	9,49	15,27	187,08
	1983, 658/1	<b>Котлеты из говядины с маслом</b>	100/5	18,24	21,77	24,1	363,58
	1983, 747/3	<b>Рис отварной</b>	150	3,84	5,96	28,4	223,6
	1983,924/3	<b>Компот из свежих яблок вит.</b>	200	),18	0,18	23,9	115,97
		<b>Хлеб ржаной</b>	33	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		37,8	38,44	119,37	1035,23
7 день							
Завтрак	1983, 453/3	<b>Яйцо вареное</b>	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	1983, 441/1	<b>Рожки отварные с сыром с маслом</b>	150/20/10	11,26	13,51	36,72	313,51
	1983, 948/3	<b>Компот из кураги вит.</b>	200	0,1	-	3,1	12,4
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		18,94	19,07	42,0	474,11
Обед	Пр. производство	<b>Груша</b>	100	0,4	0,3	9,5	42,0
	1983, 219/3	<b>Суп с рыбными</b>	250/25	7,14	7,22	21,67	183,4

		<b>консервами</b>					
	1983, 632/2	<b>Гуляш из говядины</b>	75/100	31,4	33,2	6,94	450,8
	1983, 759/3	<b>Каша гречневая</b>	150	6,6	5,84	45,6	261,2
	Пр. производство	<b>Сок</b>	200	1,0	-	18,2	76,0
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		51,04	47,4	125,81	1135,4
8 день							
Завтрак	Пр. производство	<b>Пряники</b>	50	1,18	2,35	37,5	183,0
	1983, 1091/1, 115/4	<b>Пирожок печеный с мясом с луком</b>	75	12,68	9,68	30,91	257,8
	1983, 411/3	<b>Каша Дружба с маслом с сахаром</b>	200/10/10	7,52	10,67	55,3	347,4
	1983, 1009/1	<b>Чай сладкий вит.</b>	200	0,2	0,05	15,0	61,3
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		24,08	23,71	140,61	934,7
Обед	1983, 258/3	<b>Суп молочный с рисом</b>	250	5,63	4,91	21,38	152,17
	1983, 669/2	<b>Тефтели с рисом с соусом</b>	60/30	11,1	17,64	11,44	249,96
	1983, 759/3	<b>Картофельное пюре</b>	150	4,4	5,5	31,0	124,0
	1983, 924/3	<b>Компот из черной смородины вит.</b>	200	0,18	0,18	28,33	115,97
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0

				25,81	29,07	116,05	764,1
		<b>Итого:</b>					
9 день							
Завтрак	Пр. производство	<b>Зефир</b>	50	1,18	2,35	37,5	183,0
	1983, 405	<b>Каша гречневая с маслом с сахаром</b>	150/10/10	6,82	8,7	56,9	333,6
	1983,1024/1	<b>Кофейный напиток на сгущенном молоке</b>	200	1,79	1,72	24,27	119,0
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		12,29	13,73	120,57	721,0
Обед	Пр. производство	<b>Огурец свежий</b>	50	0,04	0,05	1,79	7,35
	1983, 221/3	<b>Суп гороховый с мясом</b>	250/20	14,35	9,9	22,56	250,4
	1983, 654/3	<b>Бифштекс из говядины</b>	70	23,27	27,24	-	338,2
	1983, 773/3	<b>Капуста свежая тушеная</b>	150	3,59	5,593	15,35	125,21
	1983, 948/3	<b>Кисель п/я вит.</b>	200	-	-	31,0	124,0
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		45,75	43,623	94,6	967,16
10 день							

Завтрак	1983, 604/2	<b>Сосиска отварная</b>	100	11,0	21,0	1,8	240,2
	1983, 449/1	<b>Рожки запеченные с яйцом с маслом</b>	225/5	11,99	14,23	30,03	332,18
	1983, 1009/1	<b>Чай сладкий вит.</b>	200	0,2	0,05	15,0	61,3
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		25,69	36,24	57,73	719,08
Обед	Пр производство	<b>Конфеты</b>	50	0,8	7,9	10,84	113,8
	1983, 197/3	<b>Щи из свежей капусты с мясом</b>	250/20	10,49	9,57	13,16	180,68
	1983, 631,2	<b>Жаркое по -домашнему</b>	50/250	27,03	28,64	57,66	596,7
	1983, 948/3	<b>Компот из кураги вит.</b>	200	0,1	-	3,1	12,4
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		42,92	46,95	108,66	1025,58
11 день							
Завтрак	Пр. производство	<b>Йогурт</b>	100	3,08	1,13	4,43	42,8
	1983, 411/1	<b>Каша манная с маслом с сахаром</b>	200/10/10	6,26	10,06	42,1	284,0
	1983, 924/3	<b>Компот из свежих яблок вит.</b>	200	0,18	0,18	28,4	115,97
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		12,02	12,33	76,83	528,17

Обед	1983, 81/3	<b>Салат из свежей капусты</b>	100	3,07	5,16	13,52	112,9
	1983,208/3	<b>Рассольник ленинградский с мясом</b>	250/20	10,83	9,08	21,08	216,78
	1983, 657/3	<b>Шницель нат, с маслом</b>	75/4	22,5	27,2	38,7	362,3
	1983, 747/3	<b>Рис отварной</b>	150	3,84	5,96	28,4	223,6
	1983,1009/1	<b>Чай сладкий вит.</b>	200	0,2	0,05	15,0	61,3
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		44,94	48,29	140,6	1098,68
12 день							
Завтрак	Пр. производство	<b>Яблоко свежее</b>	100	0,4	0,4	9,8	45,0
	1986	<b>Булочка домашняя</b>	100	8,22	14,08	62,071	408,778
	1983,411/1	<b>Каша пшеница с маслом с сахаром</b>	200/10/10	8,54	11,2	53,9	350,0
	1983, 924/3	<b>Компот из свежих ягод вит.</b>	200	0,18	0,18	28,33	115,97
		<b>Итого:</b>		17,34	25,86	15,101	919,748
Обед	1983,215/1	<b>Суп картофельный</b>	250	3,58	2,64	27,43	151,39
	1983, 658/1	<b>Биточки из говядины с маслом</b>	100/5	18,24	21,77	24,1	363,58
	1983, 759/3	<b>Картофельное пюре</b>	150	4,4	5,5	31,0	191,4
	1983,1009/1	<b>Чай сладкий вит.</b>	200	0,2	0,05	15,0	61,3
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
				30,92	30,8	121,43	889,67

		<b>Итого:</b>					
13 день							
Завтрак	Пр. производство	<b>Печенье</b>	50	7,64	13,25	42,8	320,85
	1983, 41	<b>Масло сливочное</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	1983, 417	<b>Каша геркулесовая с маслом с сахаром</b>	200/10/10	7,64	13,25	42,8	320,85
	1983,948/3	<b>Компот из кураги вит.</b>	200	0,1	-	3,1	12,4
		<b>Батон белый</b>	33	2,5	0,96	1,9	85,4
		<b>Итого:</b>		10,32	21,46	47,93	484,75
Обед	Пр. производство	<b>Помидора свежая</b>	50	0,55	0,1	1,9	11,5
	1983, 176/1	<b>Борщ из свежей капусты с мясом</b>	250/20	10,14	9,49	15,27	187,08
	1983, 697/2	<b>Цыплята отварные</b>	100	24,06	24,3	1,28	319,78
	1983, 753/3, 442/1	<b>Рожки отварные</b>	150	5,35	4,8	35,63	207,24
	1983, 924/3	<b>Компот из свежих яблок вит.</b>	200	0,18	0,18	28,4	115,97
		<b>Хлеб ржаной</b>	70	4,5	0,84	23,9	122,0
		<b>Итого:</b>		44,78	39,71	106,38	963, 57
14 день							
Завтрак	1983	<b>Ветчина</b>	50	5,65	5,22	-	42,5
	1983, 411/3	<b>Каша Дружба с маслом с сахаром</b>	200/10/10	7,52	10,67	55,3	347,4



Витаминизация 3-х блюд проводится.  
Витаминизированных, обогащенных микронутриентами продуктов нет.  
Приготовление салатов из свежих овощей допускается до 01 марта.

**Штат:**

Халаимова О.В.-старший повар;  
Шибалова Н.П.-повар;  
Петрова Т.Б. – кухонная;  
Недорезова Л.Н.- кухонная