



Огласовано:  
Директор средней школы-интернат №17  
Н.Ю. Самойленко.



Утверждаю:  
Директор ООО "Трест Общественного Питания"  
Питания"  
Афоничев И.Д.

**ПРИМЕРНОЕ 10 - (ДЕСЯТИТИДНЕВНОЕ)  
КРУГЛОГОДИЧНОЕ МЕНЮ**

**ДЛЯ Муниципальное бюджетное общеобразовательное школа-интерна  
«Общеобразовательная школа-интернат среднего общего образования №17 «Юные  
спасатели МЧС»  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССА ОВЗ**

«Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий, для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации». 2013 Уральский региональный центр питания, под редакцией А.Д. Первадова.)  
Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений профессионального образования, специализир. учреждений д/несовершеннолетних, нуждающихся в соц.реабилитации

"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" СанПин 2.3/2.4.3590-20

2023 г.



Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 2</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	200	7,76	10,24	34,38	261,58	255	
	Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)	50	1,69	4,03	27,06	144,43	96	58,40 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	29,10 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	5,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	6,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>560</b>	<b>17,78</b>	<b>15,4</b>	<b>123,36</b>	<b>695,43</b>		<b>5,00 Р</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с фрикадельками	250	8,27	5,95	18,03	159,13	149	103,50 Р
	Котлеты из мяса	100	21,22	13,77	18,08	275,39	381	26,40 Р
	Рагу из овощей	180	4,23	9,61	18,67	179,62	10	61,40 Р
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	11	33,20 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	12,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	6,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>840</b>	<b>42,35</b>	<b>30,46</b>	<b>133,68</b>	<b>973,74</b>		<b>5,00 Р</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1400</b>	<b>60,13</b>	<b>45,86</b>	<b>257,04</b>	<b>1669,17</b>		<b>144,00 Р</b> <b>247,50 Р</b>

Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 3</b>								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	15,52	24,08	4,43	293,54	1	
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,70	3,70	15,02	107,44	38	47,40 Р
	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	14	14,50 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	30,60 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	5,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>590</b>	<b>27,75</b>	<b>29,31</b>	<b>81,15</b>	<b>697,58</b>		<b>103,50 Р</b>
ОБЕД	Суп-пюре из картофеля	250	5,17	6,32	24,30	176,25	159	27,60 Р
	Гренки из пшеничного хлеба для супа	10	1,24	0,16	7,61	33,64	170	1,50 Р
	Макароны отварные с овощами	180	7,72	7,70	37,89	250,74	46	34,20 Р
	Котлеты рыбные любительские	100	16,30	4,87	7,80	138,5	346	57,70 Р
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	11	12,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	5,00 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	6,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>850</b>	<b>39,06</b>	<b>20,18</b>	<b>156,5</b>	<b>958,73</b>		<b>144,00 Р</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1440</b>	<b>66,81</b>	<b>49,49</b>	<b>237,65</b>	<b>1656,31</b>		<b>247,50 Р</b>

Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 4</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка "Валетек" для детей	200	6,48	8,70	21,88	193,08	626	
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63,49		66,30 Р
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	3,58	4,12	22,96	143,6	500	10,00 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	16,20 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	141,6	12	6,00 Р
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>23,29</b>	<b>18,55</b>	<b>97,04</b>	<b>649,28</b>	<b>108</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп с рыбными консервами	250	1,74	2,14	13,64	81,08	153	103,50 Р
	Биточки из мяса	100	21,22	13,77	18,08	275,39	381	31,90 Р
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	11	61,40 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	12,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	141,6	12	6,00 Р
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,69	6,19	40,25	108	110	5,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>840</b>	<b>37,28</b>	<b>23,23</b>	<b>150,87</b>	<b>239,74</b>	<b>242</b>	<b>27,70 Р</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1390</b>	<b>60,57</b>	<b>41,78</b>	<b>247,91</b>	<b>955,81</b>		<b>144,00 Р</b>
						<b>1605,09</b>		<b>247,50 Р</b>

Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 5</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>								
	Каша рисовая вязкая со сливочным маслом	250	8,03	12,65	47,75			
	Сыр порционный	20	0,79	0,80	0,00	338,07		
	Чай с молоком					10,2	22	62,00 Р
	Хлеб пшеничный	200	1,66	1,60	12,38	69,82	34	24,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	6,50 Р
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	50	3,51	0,55	23,15	108	110	6,00 Р
<b>ОБЕД</b>								
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	580	18,61	16,18	112,03	667,69		5,00 Р
	Печень говяжья по-строгановски	250	2,00	6,42	12,37	115,57	72	103,50 Р
	Рис припущенный	50/50	16,36	12,55	3,91	193,64	86	33,80 Р
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,21	8,06	41,20	264,2	92	65,30 Р
	Хлеб пшеничный	200	0,50	0,00	27,00	110	11	21,90 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	12,00 Р
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	50	3,51	0,55	23,15	108	110	6,00 Р
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	840	31,2	28,16	136,38	933,01		144,00 Р
		1420	49,81	44,34	248,41	1600,7		247,50 Р

Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 6</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>								
	Каша пшенная молочная жидкая со сливочным маслом с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием напиток "Валетек" для детей	220	7,39	10,08	23,17	214,37	624	
	Сыр порционный	20	0,79	0,80	0,00	10,2	22	46,00 Р
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,70	3,70	15,02	107,44	38	16,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	14,50 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	5,00 Р
	Масло сливочное	15	0,08	12,38	0,12	112,2	478	6,00 Р
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>565</b>	<b>20,09</b>	<b>28,09</b>	<b>90,21</b>	<b>693,81</b>		<b>16,00 Р</b>
<b>ОБЕД</b>								
	Суп-лапша домашняя с мясом кури	250	2,55	5,58	13,90	111	50	103,50 Р
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	0,90	36,32	191,3	9	32,20 Р
	Шницели из мяса	100	21,22	13,77	18,08	275,39	381	26,70 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	69,10 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	5,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	6,00 Р
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>840</b>	<b>39,21</b>	<b>21,38</b>	<b>130,22</b>	<b>867,11</b>		<b>5,00 Р</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1405</b>	<b>59,3</b>	<b>49,47</b>	<b>220,43</b>	<b>1560,92</b>		<b>144,00 Р</b> <b>247,50 Р</b>







Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 9</b>								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая со сливочным маслом	250	7,05	8,95	41,77	275,77	268	61,40 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	5,00 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,00	70	12	3,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	5,00 Р
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	50	2,30	15,62	12,50	194,9	93	29,10 Р
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>580</b>	<b>15,36</b>	<b>25,37</b>	<b>101,44</b>	<b>688,49</b>		<b>103,50 Р</b>
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	9,33	7,43	21,68	191,22	144	32,80 Р
	Курица в соусе томатном	100/30	24,73	30,37	3,06	384,43	405	69,60 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	5,00 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	6,00 Р
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,90	56,7	83	13,50 Р
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,69	6,19	40,25	239,74	242	17,10 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>870</b>	<b>48,04</b>	<b>45,28</b>	<b>130,79</b>	<b>1121,69</b>		<b>144,00 Р</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1450</b>	<b>63,4</b>	<b>70,65</b>	<b>232,23</b>	<b>1810,18</b>		<b>247,50 Р</b>	

Возрастная категория: Учащиеся 5-11 класс (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 10</b>								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая со сливочным маслом	250	9,75	11,83	44,75	354,5	21	56,50 Р
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82	34	12,00 Р
	Сыр порционный	20	0,79	0,80	0,00	10,2	22	24,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	5,00 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	6,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>20,33</b>	<b>15,36</b>	<b>109,03</b>	<b>684,12</b>		<b>103,50 Р</b>
	Суп с рыбными консервами	200	1,74	2,14	13,64	81,08	153	35,40 Р
	Котлеты, припущенные из курицы	100	19,50	13,92	12,08	245,14	16	66,60 Р
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	11	12,30 Р
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,58	28,75	141,6	12	6,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	3,51	0,55	23,15	108	110	5,00 Р
	Рис припущенный	180	4,72	8,06	43,20	264,2	92	18,70 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>790</b>	<b>34,59</b>	<b>25,25</b>	<b>147,82</b>	<b>950,02</b>		<b>144,00 Р</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1370</b>	<b>54,92</b>	<b>40,61</b>	<b>256,85</b>	<b>1634,14</b>		<b>247,50 Р</b>