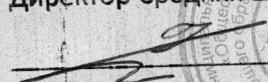


Согласовано:

Директор Средняя школа-интернат №17

 / Н.Ю. Самойленко



Утверждаю:
Директор ООО «Восход-НТ»

/С.В. Балакин



**Примерное двухнедельное меню
Для учащихся школы-интерната с
ограниченными возможностями здоровья в
возрасте
от 7-11 лет**

Средняя школа-интернат №17

Сезон: все

**Разработано согласно сборнику рецептур на продукцию
для обучающихся. Под редакцией: М.П. Могильного,**

В.А. Тутельян, Дели Принт 2011 г.

Г. Верхняя Салда

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Меню приготавливаемых блюд

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	96
	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	7,98	9,81	36,15	264,33	0,18
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	395
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			15,08	21,31	81,55	567,63	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	16,74	10,17	26,31	234,53	124,01
	Гуляш из свинины	45/45	16,88	16,38	4,59	323,24	437
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,93	9,68	32,9	205,19	171
	Чай с сахаром	200	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Обед			46,78	37,85	118,16	992,16	
Итого за день			61,86	59,16	199,71	1559,79	

(лист 2)

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога с рисом	150	17,12	11,37	40,79	301,43	15
	Молоко сгущенное	20	1,44	6	11,04	98	
	Чай с сахаром	200	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			21,99	18,75	101,39	604,63	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	2,31	3,79	14,99	147,33	88,02
	Тестели 2 вариант	90/20	12,14	27,96	20,25	389,36	279,01
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	16,4	227	274
	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	27,3	128	1 047
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Обед			24,37	38,07	108,28	1027,89	
Итого за день			46,36	56,82	209,67	1632,52	

(лист 3)

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Сыр твердый	20	4,74	6,1		75,4	97
	Омлет натуральный	150	14,09	27,02	2,65	310,37	284
	Чай с сахаром	200	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			22,26	34,5	52,21	590,97	
Обед	Суп картофельный с перловой крупой со сметаной	200	2,48	1,83	18,73	101,68	61,02
	Шницель из свинины	90	12,24	22,86	23,67	217,65	268
	Макароны отварные с овощами	150	6,43	6,42	31,57	208,95	205
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1		0,06	108	349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Обед			25,08	32,73	103,37	772,48	
Итого за день			47,34	67,23	155,58	1363,45	

(лист 4)

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Повидло	20	0,16		16	76	2,01
	Каша манная жидкая молочная с маслом	200/10	3,05	2,58	15,35	97,12	181
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	395
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			9,41	6,64	71,85	386,32	
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	7,16	3,92	17,82	73,22	96,02
	Суфле из рыбы (горбуша) с рисом	90	3,17	7,94	10,33	179,4	235,01
	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	48,75	227,52	212
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1		0,06	108	349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Обед			31,17	27,12	100,56	868,18	
Итого за день			40,58	33,76	172,41	1254,5	

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 1

День: пятница

(лист 5)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	96
	Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/10	14,13	15,83	33,93	311,69	175
	Какао с молоком	200	3,77	3,2	26,74	150,8	382
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Завтрак		21,03	27,61	85,31	640,79	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	6,68	4,6	16,28	133,14	102
	Курица тушеная в соусе	90/20	15,64	14,8	13,99	222,02	288
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	16,4	227	274
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1		0,06	108	349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Обед		18,56	13,18	64,41	641,28	
Итого за день			39,59	40,79	149,72	1282,07	

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 2

День: понедельник

(лист 6)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Сыр твердый	20	4,74	6,1		75,4	97
	Каша вязкая молочная ячневая с маслом	200/10	12,19	13,15	61,01	290,94	1 774
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	395
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Завтрак		23,13	23,31	101,51	579,54	
Обед	Суп из овощей	200	1,22	3,84	7,04	73,27	99
	Шницель из свинины	90	12,24	22,86	23,67	217,65	268
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,93	9,68	32,9	205,19	171
	Чай с сахаром	200	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Обед		26,62	38	117,97	725,31	
Итого за день			49,75	61,31	219,48	1304,85	

(лист 7)

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Пудинг из творога с рисом	150	18,12	5,62	30,76	250,15	576,01
	Молоко сгущенное	20	1,44	6	11,04	98	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			22,69	13,06	81,34	520,35	
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	7,52	4,12	18,71	76,88	96,02
	Биточки из птицы	90	2,42	3,57	10,93	86,57	306,01
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	16,4	227	274
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,3	41,5	631
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Обед			33,07	26,52	73,54	780,82	
Итого за день			55,76	39,58	154,88	1301,17	

(лист 8)

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 2

День: среда

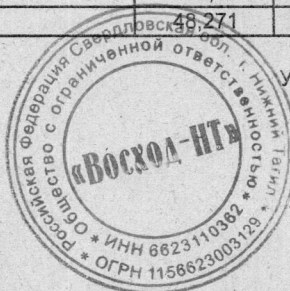
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Повидло	30	0,24		24	114	2,01
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,4	3,84	14,4	120	2,03
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	395
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			10,84	7,9	78,9	447,2	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	16,74	10,17	26,31	234,53	124,01
	Тефтели 2 вариант	90	9,93	22,88	16,57	318,57	279,01
	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	48,75	227,52	212
	Чай с молоком	200	1,66	1,6	12,38	69,82	378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Обед			35,36	41,47	133,35	986,64	
Итого за день			46,2	49,37	212,25	1433,84	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	96
	Каша вязкая рисовая с маслом сливочным	200/10	13,23	16,57	12,91	259,61	174
	Чай с сахаром	200	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Завтрак		16,76	25,15	62,57	530,91	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	102,01
	Гренки из пшеничного	20	2,49	0,32	15,22	74,03	551
	Печень по-строгановски	50/50	16,75	15,75	6,63	236,5	255
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,93	9,68	32,9	205,19	171
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,3	41,5	631
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Обед		36,55	34,71	146,29	866,22	
	Итого за день		53,31	59,86	208,86	1397,13	

Рацион: 14 ДОВЗ		Неделя: 2		День: пятница		Энергетическая ценность		№ рецептуры	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак									
	Повидло	20	0,16		16	76	2,01		
	Каша вязкая пшенная с маслом сливочным	200/10	9,11	11,13	41,17	279,16	173		
	Чай с молоком	200	1,66	1,6	12,38	69,82	378		
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	1,04		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05		
Итого за Завтрак			13,96	14,11	94,09	537,18			
Обед									
	Суп картофельный с рыбными консервами	200	2,02	1,83	16	91,22	106		
	Котлеты рубленные из бройлеров-цыплят	90	18,45	4,61	5,85	140	295		
	Рис припущенный	150	3,6	4,75	52,4	255,83	305		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1		0,06	108	349		
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04		
Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05			
Итого за Обед			28	12,81	103,65	731,25			
Итого за день			41,96	26,92	197,74	1268,43			
Итого за период			482,71	494,8	1880,3	13797,75			
Среднее значение за период			48,271	49,48	188,03	1379,775			

Составил

Утвердил



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 141801485388770673109170416287983275056075262722

Владелец Самойленко Наталья Юрьевна

Действителен с 08.10.2023 по 07.10.2024