

Согласовано:

Директором МБОУ ОЦ «Гармония» ПГО



Утверждаю:

ИП Дьяченко А.В.



Дьяченко А.В.

Примерное десятидневное меню для детей ОВЗ.

С 11 лет и старше .

(Завтрак и обед)

Возрастная группа с 11 лет

2024 -2025 год

Инвалиды с 11 лет (завтрак, обед)

Инвалиды с 11 лет (завтрак, обед)

[illegible]

		Второй день													
		Завтрак													
2009	№ 97	Каша "Дружба" молочная	270	8,126	5,17	34,13	245,18	242,5	28,19	248,5	1,8	0,06	0,13	2	1,88
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2
2005	№220	Сыр	20	5,36	5,46		72,2	13866		72,5		0,028	0,004	0,03	0,04
2005	№ 46	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66,1	2,4	0,3	2	0,02	0,04	0,001		0,12
2005	№ 194	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	57,19	5,25	4,4	8,25	0,865	0	0,001	0,1	0
				17,996	18,42	76,57	564,97	14137,1	51,04	412,65	3,685	0,128	0,236	2,13	3,24
		Обед													
2004	№ 18	Огурец соленый	100	0,8	0,1	2	10								
2004	№ 57	Борщ на к/б-не со сметаной	250	12,18	11,89	38,472	265,33	130,8	90,45	199,35	4,1025	0,022	0,33	112,22	
2008	№ 21	Картофельное пюре	180	3,73	5,13	27,9	219,9	64,2	49,38	145,2	1,77	0,03	0,25	26,66	0,15
2006	№ 201	Печень тушеная с овощами	100/50	8,82	14,18	8,313	213,81	25,14	24,41	275,31	7,06	3	0,27	27,18	0,8
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2
2009	№ 394	Хлеб ржаной	40	1,74	0,33	12,99	59,7	9,3	5,7	36,1	0,6		0,024		0,66
2008	№ 128	Компот из св. фруктов	200	0,08		17,03	65,3	3,5	1,8	2,2	0,285		0,002	2,6	
				31,53	32,17	134,02	958,34	253,84	189,89	739,56	14,8175	3,052	0,976	168,66	2,81
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ		49,526	50,59	210,59	1523,31	14390,9	240,93	1152,2	18,5025	3,18	1,212	170,79	6,05
		Третий день													
		Завтрак													
2006	№ 70	Каша пшеничная молочная	270	8,21	5,2	33,98	244,18	242,5	28,19	248,5	1,8	0,06	0,13	2	1,88
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2
2005	№220	Сыр	20	5,36	5,46		72,2	13866		72,5		0,028	0,004	0,03	0,04
2005	№ 46	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66,1	2,4	0,3	2	0,02	0,04	0,001		0,12

2008	№ 137	Чай с сахаром и лимоном	200	0,245		15,22	58,74	2,3	0,6	1,1	0,075		0,002	2	0,3
				18,125	18,45	76,6	565,52	14134,1	47,24	405,5	2,895	0,128	0,237	4,03	3,54
		Обед													
2005	№ 25	Зелёный горошек	100	1,68	6,88	2,8	50,25	25,16	7	66,6	0,8		0,07	11,5	
2006	№ 404	Уха "Рыбацкая"	250	8,566	10,9	28,14	233,15	26,12	43,29	116,05	1,62	0	0,17	23	7,745
2008	№ 222	Гречка отварная	180	7,6	5	36,2	227,5	42,1	58,9	179,8	4,8	0,02	0,3		4
2006	№ 288	Фрикадельки мясные в соусе	100/50	6,94	8,49	4,89	173,29	79,29	12,02	189,11	0,197	0,032	0,08	4,6	0,26
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2
2009	№ 394	Хлеб ржаной	40	1,74	0,33	12,99	59,7	9,3	5,7	36,1	0,6		0,024		0,66
2010	№ 250	Компот из сухофруктов	200	0,66	0	21,72	86,24	22,4	12	15,4	3,03	0	0,004	0,4	0
				31,366	32,14	134,05	954,43	225,27	157,06	684,46	12,047	0,052	0,748	39,5	13,865
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ		49,491	50,59	210,65	1519,95	14359,4	204,3	1090	14,942	0,18	0,985	43,53	17,405
		Четвертый день													
		Завтрак													
2005	№ 43	Овощи свежие (нарезка)	50	0,35		0,9	5								
2005	№ 216	Макароны отвар. с сыром	200/20	11,61	12,12	27,75	246,46	260,72	12,16	125,21	0,8	0,17	0,06	0,339	0,357
2008	№ 485	Бутерброд с маслом и повидл	55/10/30	5,78	6,31	32,72	239,4	40,66	34,82	140,6	1,69	0,05	0,26	2,09	2,29
2004	№ 395	Чай с сахаром и лимоном	200	0,245		15,2	58,74	2,3	0,6	1,1	0,075		0,002	2	0,3
				17,985	18,43	76,57	549,6	303,68	47,58	266,91	2,565	0,22	0,322	4,429	2,947
		Обед													
2006	№ 43	Овощи свежие (нарезка)	100	0,7		1,8	10								
2001	№ 91	Рассольник на м/к б-не со смет. (т/о)	250	9,21	11,48	38,2	300,1	69,5	97,98	317,19	13,37	0,027	0,25	26,56	6,3
2007	№ 304	Плов с курицей	300	15,52	19,84	38,1	402,47	151,65	37,56	209,83	0,9	0,169	0,09	4,8	1,8
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2

[illegible]

		ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		247,548	253,007	1053,14	7598,23	44123,38	1053,45	4885,29	69,5225	4,309	4,2881	364,689	66,382
		ПО СанПиНу (ЗА 5 ДНЕЙ)		247,5	253	1053,25	7480								
		ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ													
		Первый день													
		Завтрак													
2006	№ 38	Каша пшениная молочная	270	8,16	5,18	34,18	228,18	250,37	543	241,37	1,97	0,06	0,21	2	0,25
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2
2005	№220	Сыр	20	5,36	5,46		72,2	13866		72,5		0,028	0,004	0,03	0,04
2005	№ 46	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66,1	2,4	0,3	2	0,02	0,04	0,001		0,12
2005	№ 194	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	57,19	5,25	4,4	8,25	0,865	0	0,001	0,1	0
				18,03	18,43	76,62	547,97	14144,92	565,85	405,52	3,855	0,128	0,316	2,13	1,61
		Обед													
2006	№ 43	Овощи свежие (нарезка)	100	0,7		1,8	10								
2007	№60	Суп овощной с курицей	250	9,6	9,67	28,04	220,9	31,25	45,07	186	2	0,02	0,18	22,5	4,75
2008	№ 218	Рис отварной	180	5,61	11,23	43,46	286,5	17,28	15,12	69,84	1,29	0	0,057	0	7,2
2006	№ 199	Чахохбили из курицы	100/50	9,66	10,44	6,048	157,11	25,5	13,71	69,77	1,1	8,57	0,025	9,17	2
2008	№ 322	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,54	27,31	124,3	20,9	18,15	81,4	1		0,1		1,2
2009	№ 394	Хлеб ржаной	40	1,74	0,33	12,99	59,7	9,3	5,7	36,1	0,6		0,024		0,66
2004	№ 211	Кисель	200	0,02		14,38	111	0,2			0,05				
				31,51	32,21	134,028	969,51	104,43	97,75	443,11	6,04	8,59	0,386	31,67	15,81
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ		49,54	50,64	210,648	1517,48	14249,35	663,6	848,63	9,895	8,718	0,702	33,8	17,42
		Второй день													
		Завтрак													
2006	№ 109	Макароны отвар. С молоч.соусом	180/50	7,73	5,16	33,075	234,41	201,1	8,95	100,85	0,67	0,112	0,09		0,245
2005	№ 43	Овощи свежие (нарезка)	50	0,35		0,9	5			35	0,5		0,04	21,66	

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Спецификация на 160 руб инвалиды. С 11 лет

2024-2025

год

№/пп.	Наименование	Кол-во на 1 чел.	Колич-во чел 1 чел	Кол-во блюд на 1чел	Цена	Сумма всего
1	Каша геркулес. Молочная	1	1	1	27	27
2	Хлеб пшеничный	19	1	19	7	133
3	Сыр	7	1	7	14	98
4	Масло сливочное	9	1	9	10.71	96.39
5	Чай с сахаром	6	1	6	4	24
6	Овощи св. нарезка 0,1	5	1	5	6.9	34.5
7	Суп гороховый с кур	1	1	1	13.5	13.5
8	Рис отварной	2	1	2	11.84	23.68
9	Рыбка запечён.с овощ.	1	1	1	46.05	46.05
10	Хлеб ржаной	10	1	10	2	20
11	Компот из св. ягод	4	1	4	10	40
12	Каша "Дружба" Молочная	1	1	1	28.1	28.1
13	Огурец солёный	2	1	2	9.77	19.54
14	Борщ на м/к б-не со смет.	1	1	1	16.58	16.58
15	Картофельное пюре	2	1	2	9.84	19.68
16	Печень туш.с овощами	1	1	1	41	41
17	Компот из св. фруктов	3	1	3	10	30
18	Каша пшеничная молочная	1	1	1	26.54	26.54
19	Чай с сахаром и лимоном	4	1	4	5	20
20	Зелёный горошек 0,1	2	1	2	3.66	7.32
21	Уха "Рыбацкая"	1	1	1	20.09	20.09
22	Гречка отварная	2	1	2	12.77	25.54
23	Фрикадельки мясные в соусе	1	1	1	41.23	41.23
24	Компот из сухофруктов	2	1	2	10	20
25	Макароны отварные с сыром	1	1	1	29.44	29.44
26	Овощи в нарезке 0,05	1	1	1	5.6	5.6
27	Бутерброд с маслом и сыром	1	1	1	25.5	25.5
28	Рассольник на м/к б-не со смет	1	1	1	17.12	17.12
29	Плов с курицей	1	1	1	51.44	51.44
30	Запеканка творожная с курагой	1	1	1	50.22	50.22
31	Соус молочный	2	1	2	3.86	7.72
32	Суп гречневый с фрикад.мясн	1	1	1	16	16
33	Пельмени с маслом	1	1	1	41.31	41.31
34	Каша пшеничная молочная	1	1	1	26	26
35	Суп овощной с куриц.	1	1	1	20.56	20.56

36	Чахахбили из мяса птицы	1	1	1	43.94	43.94
37	Кисель	1	1	1	6.05	6.05
38	Макароны отв.с молочн.соусом	1	1	1	20.34	20.34
39	Овощи св. нарезка 0,03	1	1	1	3.9	3.9
40	Свекольник на м/к б-не со смет.	1	1	1	20.51	20.51
41	Колобки рыбные в соусе	1	1	1	43.11	43.11
42	Каша кукурузная молочная	1	1	1	27.58	27.58
43	Похлёбка "Царская"	1	1	1	18.79	18.79
44	Жаркое по- домашнему с куриц.	1	1	1	49.15	49.15
45	Каша рисовая молочная	1	1	1	28.66	28.66
46	Икра свекольная	1	1	1	6.71	6.71
47	Щи со св.капуст.с куриц.	1	1	1	19.27	19.27
48	Макароны отварн.	1	1	1	8.92	8.92
49	Котлета кур."Любительская"	1	1	1	38.73	38.73
50	Соус томатный	1	1	1	3	3
51	Пудинг творожн.с изюмом	1	1	1	41.47	41.47
52	Суп вермишелевый с курицей	1	1	1	19.07	19.07
53	Ёжики курин.в соусе	1	1	1	36.85	38.15
					ИТОГО	1600