

СОГЛАСОВАНО

Директор КОГОБУ для детей-сирот
ШИ ОВЗ с. Успенское Слободского района
/ Н.В. Усатова



2024.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора КОГОБУ для детей-сирот
«Центр для детей с ограниченными возможностями здоровья»



/ М.А. Иванов

2024 г.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ (с 01.03.)

Категория обучающихся:

приходящие обучающиеся с ОВЗ

Возрастная группа:

12 лет и старше

Цикличность:

10 календарных дней

День	Вид приема пищи	№ рецептуры	Название блюда	Масса порции, гр.	Питательные вещества, г.			Энергетическая ценность	
					белки	жиры	углеводы		
1-й день ПОНЕДЕЛЬНИК	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая рисовая	260	9,5	10,5	47,7	329,30	
		№ 642-1994	Какао с молоком	200	3,3	3,5	25	140,00	
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	2	36	183,40	
		№ 23-1997	Сыр (порциями)	20	4,7	6	0	74,00	
		ГП	Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50	
		<i>Итого за прием пищи:</i>			650	23,5	22,3	118,5	772,20
	обед	№ 62-1994	Салат из белокачанной капусты	100	1	5	11,5	93,30	
		№ 151-1994	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	4,5	5,8	14,9	132,50	
		№ 439-1994	Курица отварная	100	14,9	6,6	0,3	125,00	
		№ 472-1994	Пюре картофельное	200	4,3	6,8	35,1	212,00	
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00	
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90	
		<i>Итого за прием пищи:</i>			950	26,6	24,5	107,4	748,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1600	50,1	46,8	225,9	1520,90
	2-й день ВТОРНИК	завтрак	№ 257-1994	Каша вязкая гречневая	255	7,6	8,4	57,3	322,00
ГП			Хлеб пшеничный	70	5,6	2	36	183,40	
№ 22-1997			Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00	
№ 628-1994			Чай с сахаром	200	0,1	0	16,6	63,00	
ГП			Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50	
<i>Итого за прием пищи:</i>			640	13,7	23,1	119,7	725,90		
обед		№ 71-1997	Салат из моркови	60	0,8	6,1	5,5	72,00	
		№ 129-1994	Рассольник ленинградский	255	4,5	5	19,9	138,10	
		№ 403-1994	Плов	250	20,8	13,8	56,2	420,00	
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00	
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90	
<i>Итого за прием пищи:</i>			865	28	25,2	127,2	816,00		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1505	41,7	48,3	246,9	1541,90	

3-й день СРЕДА	завтрак	№ 161-1994	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,6	5,8	22,5	146,00
		№ 642-1994	Какао с молоко	200	3,3	3,5	25	140,00
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	2	36	183,40
		№ 22-1997	Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00
		№ 23-1997	Сыр (порциями)	20	4,7	6	0	74,00
		ГП	Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50
		<i>Итого за прием пищи:</i>			655	19,6	30	93,3
	обед	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,6	5	4,5	66,00
		№ 131-1994	Суп картофельный с рыбой	285	10,1	3	23	157,00
		№ 259-2015	Жаркое по-домашнему	230	39,6	10,7	46	438,70
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90
		<i>Итого за прием пищи:</i>			915	52,2	19	119,1
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1570	71,8	49	212,4
4-й день ЧЕТВЕРГ	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая овсяная	260	9,5	10,5	47,7	329,30
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	2	36	183,40
		№ 762-1997	Кофейный напиток	180	1,3	1,4	18,4	93,00
		№ 209-2015	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,00
		ГП	Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50
		<i>Итого за прием пищи:</i>			650	21,9	18,8	112,2
	обед	№ 120-1994	Щи из свежей капусты с картофелем	255	3,8	4,1	10,6	93,00
		№ 309-1994	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	27,5	8,2	7,5	220,00
		№ 472-1994	Пюре картофельное	200	4,3	6,8	35,1	212,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90
<i>Итого за прием пищи:</i>			955	37,5	19,4	98,8	710,90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1605	59,4	38,2	211	1425,10
5-й день ПЯТНИЦА	завтрак	№ 287-1994	Омлет с зеленым горошком	225	19,9	31,6	9,1	385,00
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	2	36	183,40
		№ 22-1997	Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00
		№ 23-1997	Сыр (порциями)	20	4,7	6	0	74,00
		№ 628-1994	Чай с сахаром	200	0,1	0	16,6	63,00
		<i>Итого за прием пищи:</i>			530	30,3	52	61,7
	обед	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,6	5	4,5	66,00
		№ 110-1994	Борщ с капустой и картофелем	255	3,8	4,1	13,8	106,00
		№ 416-1994	Котлета	105	16,6	21,6	16,4	346,00
		№ 482-1994	Капуста тушенная	200	5	5,8	22,6	160,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
ГП		Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90	
<i>Итого за прием пищи:</i>			960	27,9	36,8	102,9	863,90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1490	58,2	88,8	164,6	1681,30
6-й день ПОНЕДЕЛЬНИК	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая рисовая	260	9,5	10,5	47,7	329,30
		№ 762-1997	Кофейный напиток	200	1,3	1,4	18,4	93,00

		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	2	36	183,40
		№ 22-1997	Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00
		№ 23-1997	Сыр (порциями)	20	4,7	6	0	74,00
		ГП	Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50
		<i>Итого за прием пищи:</i>		665	21,5	32,6	111,9	837,20
	обед	№ 65-2004	Суп крестьянский со сметаной	250	2,25	5,6	12,5	110,00
		№ 416-1994	Котлета мясная	105	16,6	21,6	16,4	346,00
		№ 482-1994	Капуста тушеная	200	5	5,8	22,6	160,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90
		<i>Итого за прием пищи:</i>		855	25,75	33,3	97,1	801,90
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1520	47,25	65,9	209	1639,10
7-й день ВТОРНИК	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая (пшенная)	260	9,5	10,5	47,7	329,30
		№ 642-1994	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,60
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,3	1,8	35	181,40
		№ 22-1997	Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00
		№ 209-2015	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,00
		<i>Итого за прием пищи:</i>		585	24	32,8	100,6	804,30
	обед	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,6	5	4,5	66,00
		№ 139-1994	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,4	5,2	18,2	131,00
		ТТК №5	Рагу овощное с мясом	230	21,5	26,1	21,6	408,50
		№ 585-1994	Компот из сухофруктов	180	0,7	0,1	32	132,80
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90
		ГП	Фрукт свежий (груша)	100	0,4	0,3	9,8	45,50
	<i>Итого за прием пищи:</i>		960	29	37	98,2	840,70	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1545	53	69,8	198,8
8-й день СРЕДА	завтрак	№ 161-1994	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,6	5,8	22,5	146,00
		№ 762-1997	Кофейный напиток	200	1,3	1,4	18,4	93,00
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,3	1,8	35	181,40
		№ 22-1997	Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00
		№ 23-1997	Сыр (порциями)	20	4,7	6	0	74,00
		ГП	Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50
	<i>Итого за прием пищи:</i>		655	17,3	27,7	85,7	651,90	
	обед	№ 70-2015	Огурец соленый	60	5,5	0,1	1,9	11,00
		№ 131-1994	Суп картофельный с рыбой	285	10,1	3	23	157,00
		№ 387-1994	Печень по-строгановски	200	34,6	23	8,6	356,00
		№ 463-1994	Каша рассыпчатая гречневая	200	7,8	7,4	58,4	316,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90
	<i>Итого за прием пищи:</i>		1045	59,9	33,8	137,5	1025,90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1700	77,2	61,5	223,2	1677,80
9-й день ЧЕТВЕРГ	завтрак	№ 287-1994	Омлет с зеленым горошком	225	19,9	31,6	9,1	385,00
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,3	1,8	35	181,40

		№ 22-1997	Масло (порциями)	15	0	12,4	0	112,00	
		№ 628-1994	Чай с сахаром	200	0,1	0	16,6	63,00	
		ГП	Кондитерское изделие (печенье, пряник, кексик)	30	2,5	2,8	26,8	142,60	
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>540</i>	<i>27,8</i>	<i>48,6</i>	<i>87,5</i>	<i>884,00</i>	
	<i>обед</i>	№ 64-1994	Салат из квашеной капусты	100	0,8	5	6,8	78,00	
		№ 129-1994	Рассольник ленинградский	255	4,5	5	19,9	139,00	
		№ 309-1994	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	27,5	8,2	7,5	220,00	
		№ 472-1994	Пюре картофельное	200	4,3	6,8	35,1	212,00	
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00	
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90	
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>1055</i>	<i>39</i>	<i>25,3</i>	<i>114,9</i>	<i>834,90</i>	
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1595	66,8	73,9	202,4	1718,90	
10-й день ПЯТНИЦА	<i>завтрак</i>	№ 262-1994	Каша жидкая овсяная	260	9,5	10,5	47,7	329,30	
		№ 642-1994	Какао с молоком	200	3,3	3,5	25	140,00	
		ГП	Хлеб пшеничный	70	5,3	1,8	35	181,40	
		№ 23-1997	Сыр (порциями)	20	4,7	6	0	74,00	
		ГП	Фрукт свежий	100	0,4	0,3	9,8	45,50	
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>650</i>	<i>23,2</i>	<i>22,1</i>	<i>117,5</i>	<i>770,20</i>	
	<i>обед</i>	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,6	5	4,5	66,00	
		№ 140-2004	Суп картофельный с клецками	250	3	2,75	19,8	130,80	
		№ 439-1994	Курица отварная	100	14,9	6,6	0,3	125,00	
		№ 469-1994	Макаронные изделия отварные	200	7,2	7,4	51,2	278,00	
		№ 585-1994	Компот из свежих плодов	180	0,1	0	25,7	97,00	
		ГП	Хлеб ржаной	100	1,4	0,3	12,1	56,90	
			<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>930</i>	<i>27,2</i>	<i>22,05</i>	<i>113,6</i>	<i>753,70</i>
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	50,4	44,15	231,1	1523,90
ИТОГО за 10 дней				15710	575,85	586,35	2125,3	15922,40	