

СОГЛАСОВАНО

Директор КОГ ОБУ для детей-сирот
ШИ ОБУ с. Успенское Слободского района/ И.В. Усатова
" 10 " сентября 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора КОГБУ для детей-сирот

"И.В. Усатова"

/ М.А. Иванов

2024 г.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ (с 01.03.)

Категория обучающихся:

приходящие обучающиеся с ОБЗ

Возрастная группа:

7 - 11 лет

Целевая аудитория:

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	<i>завтрак</i>	№ 262-1994	Каша жидкая рисовая	215	7,7	8,5	38,5	266,00
		№ 642-1994	Какао с молоко	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>			605	21,7	20,3	109,3
	<i>обед</i>	№ 62-1994	Салат из белокочанной капусты	60	0,6	3	6,9	56,00
		№ 151-1994	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	200	3,6	4,6	11,9	106,00
		№ 439-1994	Курица отварная	100	14,9	6,6	0,3	125,00
		№ 472-1994	Пюре картофельное	150	3,2	5,1	26,3	159,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	70	1	0,2	8,5	39,80
	<i>Итого за прием пищи:</i>			780	23,8	19,5	87,4	614,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1385	45,5	39,8	196,7
2-й день ВТОРНИК	<i>завтрак</i>	№ 257-1994	Каша вязкая гречневая	205	6,1	7,6	45,8	265,00
		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>			590	12,2	22,3	108,2	668,90
	<i>обед</i>	№ 71-1997	Салат из моркови	60	0,8	6,1	5,5	72,00
		№ 129-1994	Рассольник ленинградский	205	3,6	4	16	111,00
		№ 403-1994	Плов	200	16,5	11	44,2	336,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
ГП		Хлеб ржаной	70	1	0,2	8,5	39,80	
<i>Итого за прием пищи:</i>			735	22,4	21,3	107,7	687,80	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1325	34,6	43,6	215,9	1356,70

3-й день СРЕДА	завтрак	№ 161-1994	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	4,7	17,9	117,00
		№ 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>			605	18,5	28,9	88,7
	обед	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,4	3	2,7	39,00
		№ 131-1994	Суп картофельный с рыбой	235	9,2	2,5	19	130,00
		№ 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	70	1	0,2	8,5	39,80
		<i>Итого за прием пищи:</i>			795	50,7	16,4	109,7
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1400	69,2	45,3	198,4
4-й день ЧЕТВЕРГ	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая овсяная	215	7,7	8,5	38,5	266,00
		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>			605	20,1	16,8	103
	обед	№ 120-1994	Щи из свежей капусты с картофелем	205	3,1	3,3	8,4	74,00
		№ 309-1994	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	20,6	6,1	5,6	165,00
		№ 472-1994	Пюре картофельное	150	3,2	5,1	26,3	159,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	70	1	0,2	8,5	39,80
<i>Итого за прием пищи:</i>			775	28,4	14,7	82,3	566,80	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1380	48,5	31,5	185,3	1217,70
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	60	0,4	3	2,7	39,00
		№ 110-1994	Борщ с капустой и картофелем	205	3	3,3	11,1	85,00
		№ 416-1994	Котлета	105	16,6	21,6	16,4	346,00
		№ 482-1994	Капуста тушенная	150	3,8	4,4	17	120,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
ГП		Хлеб ржаной	70	1	0,2	8,5	39,80	
<i>Итого за прием пищи:</i>			790	25,3	32,5	89,2	758,80	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1320	55,6	84,5	150,9	1576,20
6-й день ПОНЕДЕЛЬНИК	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая рисовая	210	7,7	8,5	38,5	266,00
		№ 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>		<i>615</i>	<i>19,7</i>	<i>30,6</i>	<i>102,7</i>	<i>773,90</i>
	<i>обед</i>	№ 65-2004	Суп крестьянский со сметаной	200	1,8	4,5	10	88,00
		№ 416-1994	Котлета мясная	105	16,6	21,6	16,4	346,00
		№ 482-1994	Капуста тушеная	150	3,8	4,2	17	120,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	70	1	0,2	8,5	39,80
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>725</i>	<i>23,7</i>	<i>30,5</i>	<i>85,4</i>	<i>722,80</i>
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1340	43,4	61,1	188,1	1496,70
7-й день	завтрак	№ 262-1994	Каша жидкая (пшеничная)	210	7,7	8,5	38,5	252,00
		№ 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>		<i>535</i>	<i>22,2</i>	<i>30,8</i>	<i>91,4</i>	<i>727,00</i>
	<i>обед</i>	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,4	3	2,7	39,00
		№ 139-1994	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,1	2,1	19,1	100,00
		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	70	1,4	0,3	12,2	56,80
		ГП	Фрукт свежий (груша)	100	0,4	0,3	9,8	45,50
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>840</i>	<i>26,5</i>	<i>31,9</i>	<i>97,4</i>	<i>782,60</i>
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1375	48,7	62,7	188,8	1509,60
8-й день	завтрак	№ 161-1994	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	4,7	17,9	117,00
		№ 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 (груша)	100	0,4	0,3	9,8	45,50
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>605</i>	<i>16,2</i>	<i>26,6</i>	<i>81,1</i>	<i>622,90</i>
	<i>обед</i>	№ 70-2015	Огурец соленый	50	5,5	0,1	1,9	11,00
		№ 131-1994	Суп картофельный с рыбой	235	9,2	2,5	19	130,00
		№ 387-1994	Печень по-строгановски	160	27,6	18,4	6,8	284,00
		№ 463-1994	Каша рассыпчатая гречневая	150	5,9	5,6	43,8	237,00
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00
		ГП	Хлеб ржаной	70	1,4	0,3	12,2	56,80
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>865</i>	<i>50,1</i>	<i>26,9</i>	<i>117,2</i>	<i>847,80</i>
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1470	66,3	53,5	198,3	1470,70
9-й день	завтрак	№ 287-1994	Омлет с зеленым горошком	225	19,9	31,6	9,1	385,00
ЧЕТВЕРГ		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	60	0,4	3	4	46,00	
		№ 129-1994	Рассольник ленинградский	205	3,6	4	16	111,00	
		№ 309-1994	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	20,6	6,1	5,6	165,00	
		№ 472-1994	Пюре картофельное	150	3,2	5,1	26,2	159,00	
		№ 588-1994	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	33,5	129,00	
		ГП	Хлеб ржаной	70	1,4	0,3	12,2	56,80	
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>835</i>	<i>29,7</i>	<i>18,5</i>	<i>97,5</i>	<i>666,80</i>	
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1375	57,5	67,1	185	1550,80	
10-й день ПЯТНИЦА	<i>завтрак</i>	№ 262-1994	Каша жидкая овсяная	210	7,7	8,5	38,5	266,00	
		№ 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 (груша)	100	0,4	0,3	9,8	45,50	
		<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>600</i>	<i>21,4</i>	<i>20,1</i>	<i>108,3</i>	<i>706,90</i>	
	<i>обед</i>	№ 40-1994	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,4	3	2,7	39,00	
		№ 140-2004	Суп картофельный с клецками	200	2,4	2,2	15,8	104,60	
		№ 439-1994	Курица отварная	100	14,9	6,6	0,3	125,00	
		№ 469-1994	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,8	38,4	208,50	
		№ 585-1994	Компот из свежих плодов	180	0,1	0	25,7	97,00	
		ГП	Хлеб ржаной	70	1,4	0,3	12,2	56,80	
			<i>Итого за прием пищи:</i>		<i>760</i>	<i>24,6</i>	<i>16,9</i>	<i>95,1</i>	<i>630,90</i>
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1360	46	37	203,4	1337,80
ИТОГО за 10 дней				13730	515,3	526,1	1910,8	14288,30	