

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Бабушкинская
средняя школа»


Ю.Н.Шамахова

«01» _____ 2022 г.

Приказ от 01.11.22 № 294/1

Меню

МБОУ «Бабушкинская средняя школа»

с 01.11.2022г.

ОВЗ

1. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений.//ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера, Уральский региональный центр питания. - Пермь, 2008г.

2. Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапшиной//Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

с.им. Бабушкина

2022 г.

День 1

Неделя: Первая

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 11 лет и старше

083

№ рещ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
Обед																		
ТК-69	Суп картофельный с туш коне мясом	250	6,72	7,21	21,28	174,98	0,15	11,5	0,2	1,35	17,45	115,3	34,43	1,68	18,48			
ТК 176	Бефстроганов	70/50	21,62	25,01	3,828	324,42	62,16	191,3	29,78	2,7	0,048	2,88	0,288	0,756	51,56			
1-219	Греча отварная	180	10,48	6,52	54	316,57	0,29	0	0,036	0,576	18	197,28	118,03	3,96	14,6			
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	0,44	18,56	82,4	0,07		0	0,56	18,8	62,8	19,6	1,56	2,44			
1-300	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	3,45	2	1,5	0,25	1,75			
	Итого		41,66	39,18	112,668	956,37	62,67	202,8	30,016	5,186	57,748	380,26	173,85	8,206				
Полдник																		
1-89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	30			
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		42,06	39,58	123,068	1001,37	62,70	212,8	30,016	5,386	73,748	391,26	182,85	10,41	118,83			

День: 2

Неделя: Первая

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 11 лет и старше

1--89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	30
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	
	Итого за день		30,064	27,6	128,871	839,43	0,442	21,91	0,292	4,07	100,97	404,16	111,04	7,5	112,17

День: 5

Неделя: Первая

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 11 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
	Обед																		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	9,76	6,82	19,01	175,1	0,16	10,67	0,22	0,36	21,19	150,14	37,16	2,2	23,55				
1--48	Биточек	100/5	15,236	19,72	8,179	238,36	0,11	0	0,075	0,93	18,59	193,24	29,85	3,05	44,71				
1-189	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55	0,16	6,46	0,054	0,234	47,95	105,66	37,1	1,206	14,65				
1-241	Хлеб Дарницкий	40	2,64	0,44	18,56	82,4	0,07	0	0	0,56	18,8	62,8	19,6	1,56	2,44				
1-300	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	3,45	2	1,5	0,25	1,75				
	Итого		31,666	34,25	88,699	746,41	0,5	17,13	0,349	2,084	109,98	513,84	125,21	8,266					
	Полдник																		
1--89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	30				
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2					
	Итого за день		32,066	34,65	99,099	791,41	0,5	17,13	0,349	2,084	109,98	513,84	125,21	8,266	117,1				

День: 1

Неделя: Вторая

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 11 лет и старше

№ рец.	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					ЦЕНА	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
	Обед																		
ТТК-69	Суп картофельный с тушеным конс мясом	250	6,72	7,21	21,28	174,98	0,15	11,5	0,2	1,35	17,45	115,3	34,43	1,68				18,48	
ТТК180а	Гуляш из свинины	70/50	21,68	24,21	6,74	331,53	0,06	2,9	0,03	0,59	16,76	167	23,3	2,79				50,2	
1-227	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,36	42,4	253,32	0,108	0	0,036	1,188	15,72	66,34	24,83	1,39				14,82	
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	0,44	18,56	82,4	0,07	0	0	0,56	18,8	62,8	19,6	1,56				2,44	
1-300	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	3,45	2	1,5	0,25				1,75	
	Итого		37,86	38,22	103,98	900,23	0,388	14,4	0,266	3,688	72,18	413,44	103,66	7,67					
	Полдник																		
1--89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2				30	
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2					
	Итого за день		37,86	38,22	103,98	900,23	0,388	14,4	0,266	3,688	72,18	413,44	103,66	7,67				99,21	

День: 2

Неделя: Вторая

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 11 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
	Обед																		
1-43	Свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16	0,08	11,38	0,21	2,4	45,65	73,11	21,66	1,49					10,53
1-189	Котлета	100/5	15,236	19,72	8,179	238,36	0,11	0	0,075	0,93	18,59	193,24	29,85	3,05					44,71
1-241	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55	0,16	6,46	0,054	0,234	47,95	105,66	37,1	1,206					14,65
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	0,44	18,56	82,4	0,2	0	0,56	18,8	62,8	19,6	1,56						2,44
	Компот из кураги	200	0,33	0	22,66	91,98	0,23	1,22	0,18	1,68	49,5	44,53	32,03	1,02					11,33
	Итого		23,966	33,77	87,399	709,45	0,78	19,06	0,519	5,804	180,49	479,34	140,24	8,326					
	Полдник																		
1-89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2					30
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2					
	Итого за день		23,966	33,77	87,399	709,45	0,78	19,06	0,519	5,804	180,49	479,34	140,24	8,326					113,66

День: 3

Неделя: Вторая

Сезон: Осенне-зимний

		Обед													
ТК-69	Супл картофельный с тушеным конц мясом	250	6,72	7,21	21,28	174,98	0,15	11,5	0,2	1,35	17,45	115,3	34,43	1,68	18,48
2-496	Котлета из филе птицы панированная	100/5	22,15	23,7	10,05	346,5									44,05
1-227	Макаронные изделия отварные	180	6,624	6,36	42,4	253,32	0,108	0	0,036	1,188	15,72	66,34	24,83	1,32	14,82
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	0,44	18,56	82,4	0,07	0	0	0,56	18,8	62,8	19,6	1,5	2,44
1-280	Компот из урюка	200	0,33	0	22,66	91,98	0,03	1,22	0,18	1,68	49,5	44,53	32,03	1,02	7
	Итого		38,464	37,71	114,95	949,18	0,358	12,72	0,416	4,778	101,47	288,97	110,89	5,52	
	Полдник														
1--89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	30
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2	
	Итого за день		38,864	38,11	125,35	994,18	0,358	12,72	0,416	4,778	101,47	288,97	110,89	5,52	116,79

День: 5

Неделя: Вторая

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: 11 лет и старше

№ рещ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
	Обед																		
1--48	Супл картофельный с мясными фрикадельками	250/35	9,76	6,82	19,01	175,1	0,16	10,67	0,22	0,36	21,19	150,14	37,16	2,2	23,55				
ТК185	Картофельная запеканка с мясом	200	25,53	24,78	18,43	400,75									66				
1-241	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55	0,16	6,46	0,054	0,234	47,95	105,66	37,1	1,206	14,65				

1-300	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0	3,45	2	1,5	0,25	1,75
	Итого		39,12	38,87	65,39	768,4	0,32	17,13	0,274	0,594	69,14	255,8	74,26	3,406		
	Полдник															
1--89	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2		30
	Итого		0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2		
	Итого за день		39,52	39,27	75,79	813,4	0,35	17,13	0,274	0,594	69,14	255,8	74,26	3,406		134,2
	Итого за 10 дней		330,196	358,9	1101,27	8646,79	66,518	376,37	33,101	37,73	1043,1	3851,1	1170,3	72,73		1112,26