

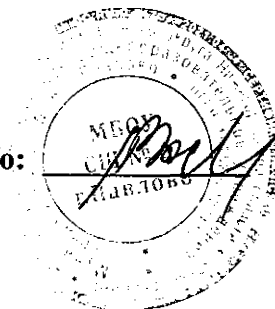
Утверждаю:



Барышова Л.М.

Директор МУП «База общепита»  
г.Павлово

Согласовано:



# Примерное меню

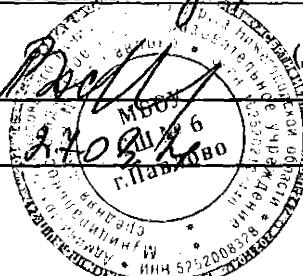
## коррекционные классы 7-11 лет

2021 года

Согласовано

*директор*

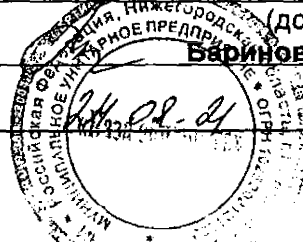
\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)



Утверждаю:

Директор МУП «База общепита»

\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)



**О согласовании питания**

Организатор питания МУП «База общепита» разработало примерное 10 ти-дневное меню (завтрак+обед+полдник) для учащихся коррекционных классов с7-11 лет МБОУСШ,МАОУСШ,МБОУОШ,МКОУШг.Павлово и Павловского муниципального округа на основании СанПиН2.4.5.2409-08от 23.07.2008г.«Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, издательство 2004г.,2005г., для возрастных групп с учетом выполнения норм питания 60%.

- Содержание (г) белков 57,9,жиров 51,9 ,углеводов 201,3;Б :Ж:У1:1:4, энергетическая ценность(ккал) 1493,6.
- Обеспечивает на 63,5 % от суточных физиологических потребностей детского организма.
- Выход порций ,соответствующие рекомендуемым.
- Проведение витаминизации не предусмотрено.
- Вменю используется витаминизированный напиток,напиток из шиповника, витаминизированная булочка,свежие фрукты,йогурты обогащенные кальцием и витамином Д.
- Предусмотрено использование йодированной соли.
- Рациональность,сбалансированность питания обеспечена.
- Технологические карты по приготовлению блюд имеются.
- Не содержит запрещенных блюд и продуктов;одноименных блюд,гарниров за 2 дня.
- СООБЕТСТВУЕТ СанПиН2.4.5.2409-08 от23.07.2008г.«Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».



<b>День 4</b>																				
№265 2005	ЗАВТРАК	Плов с говядиной	200	15,36	14,00	40,42	349,54	0,06	0,04	4,1	0,84	15,88	0,02	26,86	0,06	86,58	83,38	0	0	0,02
№71 2005	ЗАВТРАК	Овощи натуральные	100	0,70	0,15	3,35	16,86	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0	0,02
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,80	0,033	0,008	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,8	19,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			660	21,29	16,38	89,41	681,73	0,263	0,193	36,6	6,36	67,68	0,12	69,86	0,06	679,08	188,28	0,003	0	0,072
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	1,82	3,60	9,04	75,40	0,008	0,012	2,044	0,172	7,78	0	2,404	0	30,278	5,858	0	0	0,004
№312 2005	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,48	190,18	0,22	0,18	18,98	1,82	80,72	0,02	43,08	0,02	482,36	126,32	0,02	0	0,06
№14 2005	ОБЕД	Масло сливочное (полта)	5	0,04	3,82	0,04	33,05	0	0	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0	0,085	0	0	0	0
№234 2005	ОБЕД	Шницель рыбный из пицци,трески	100	12,80	8,48	7,58	154,10	0,09	0,1	1,53	0,84	23,2	0,01	24,72	0	215,59	125,35	0	0	0,33
№342 № 34	ОБЕД	Компот из ягод/плодов быстрозамороженных	200	0,00	0,00	23,88	90,96	0	0	0	0,08	6,46	0	1,72	0	0,72	0	0	0	0,18
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,80	0,049	0,013	0	0,54	8,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			780	24,04	23,37	103,23	713,78	0,427	0,328	22,954	4,162	120,41	0,052	92,774	0,02	778,811	335,976	0,023	0	0,586
гот. блюда	ПОЛДНИК	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,8	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			200	5,8	6,4	9,4	120	0,08	0,3	2,8	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1640	61,13	45,16	202,94	1416,52	0,77	0,622	60,754	10,712	427,99	0,172	162,634	0,06	1358,891	534,256	0,026	0	0,858
<b>День 5</b>																				
№143-1	ЗАВТРАК	Рагу из овощей	200	4,70	14,42	22,48	240,42	0,18	0,18	25	1,38	86,38	0,04	32,06	0,1	246,88	101,48	0	0	0,04
№268 2005	ЗАВТРАК	Котлеты, шницели из говядины	100	12,89	14,11	11,46	221,02	0,06	0,04	2,31	0,58	42,82	0,01	6,38	0,01	70,13	33,95	0	0	0,01
Акт. пр.2005	ЗАВТРАК	Витаминизированный напиток	200	0,00	0,00	18,40	74,00	0	0	0	0	8,44	0	2,1	0	0	0	0	0	0,2
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,80	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,8	19,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			660	21,82	29,76	77,78	686,24	0,313	0,263	27,31	3,2	164,92	0,06	68,54	0,11	373,89	202,33	0,003	0	0,262
№149 2004	ОБЕД	Суп рыбный с крупой	200/18	4,90	3,38	8,24	83,00	0,095	0,002	0,1	0,036	1,034	0,001	1,838	0,004	4,948	4,108	0,002	0	0,008
Ат. пророб	ОБЕД	Сметан. натуральный	150	14,22	16,18	3,13	215,36	0,09	0,525	0,3	2,58	117,825	0,27	19,08	0,03	190,035	237,285	0,03	0,03	0,06
№15 2005	ОБЕД	Сыр Российский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,004	0,07	0,108	0,144	126	0,029	5,84	0,108	0	0	0	0	0,14
№414 2018	ОБЕД	Кодфейный напиток	200	3,36	3,68	16,28	110,30	0,04	0,16	1,3	0,14	125,74	0,02	15,2	0,06	148,34	90	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,80	0,049	0,013	0	0,54	8,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			643	32,16	29,39	60,8	636,64	0,248	0,794	1,808	4,342	389,649	0,32	61,209	0,202	412,124	408,044	0,035	0,03	0,218
гот. блюда	ПОЛДНИК	Напиток кисло-молочный	250	1,00	0,02	12,50	130,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			150	0,60	0,00	14,70	86,00	0,06	0,045	57	0,15	52,5	0	18,5	0	45	25,5	0	0	0
гот. блюда	ПОЛДНИК	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персики, абрикос, банан)	400	1,6	0,02	27,2	196	0,09	0,045	67	0,16	52,6	0	16,6	0	46	25,5	0	0	0
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			400	1,6	0,02	27,2	196	0,09	0,045	67	0,16	52,6	0	16,6	0	46	25,5	0	0	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1603	55,68	69,17	165,78	1498,78	0,651	1,092	86,118	7,692	606,969	0,37	136,249	0,312	831,114	636,874	0,036	0,03	0,48
<b>День 6</b>																				
№304 2005	ЗАВТРАК	Рис отварной	150	3,84	5,43	40,05	224,43	0,045	0,03	0	0,57	8,7	0,03	27,195	0,09	56,1	83,58	0	0,015	0,03
№255 2005	ЗАВТРАК	Печень по-строгановски	100	14,03	10,03	7,30	176,82	0,24	1,65	25,5	5,23	21,01	8,19	14,72	0,89	222,48	238,18	0	0,03	0,17
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,80	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,8	19,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			610	23,1	16,69	92,99	616,89	0,388	1,733	29,5	9,86	69,91	6,22	67,916	0,98	675,58	402,64	0,003	0,045	0,232
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			610	23,1	16,69	92,99	616,89	0,388	1,733	29,5	9,86	69,91	6,22	67,916	0,98	675,58	402,64	0,003	0,045	0,232

День 7																				
№308 2005	ЗАВТРАК	Масляные изделия открытые	150	6,00	4,18	38,63	207,90	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,165	0	0,075	9,57	0	0	
№14 2005	ЗАВТРАК	Масло сливочное (полив)	5	0,04	3,82	0,04	33,05	0	0	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0	0,085	0	0	0	
№243 2005	ЗАВТРАК	Соусы открытые	58	7,18	11,25	0,00	135,14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
№71 2005	ЗАВТРАК	Овощи натуральные	100	0,70	0,15	3,35	16,95	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0,02	
№10 2004	ЗАВТРАК	Бутерброды горячие с сыром	50	6,88	10,31	13,09	173,19	0,05	0,08	0,14	0,73	162,92	0,08	15,6	0,235	53,16	123,6	0	0,005	
№382 2005	ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,88	3,80	20,08	126,40	0,04	0,16	0,6	1,02	130,52	0,02	32,1	0,06	160,8	118,2	0	0,14	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
№127 2004	ОБЕД	Суп овощной	200	1,60	1,86	9,04	60,54	0,08	0,06	11,6	0,86	22,8	0,02	15,22	0,04	133	40,24	0	0,02	
№223 2005	ОБЕД	Зеленка творожная с молоком сгущенным	150/40	28,44	21,15	30,15	420,29	0,002	0,012	0,018	0,023	8,203	0,004	0,91	0,002	4,748	8,332	0	0	
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,98	0	0	0	0,04	9,44	0	2	0	0,44	0	0	0,2	
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,80	0,049	0,013	0	0,54	6,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	26,4	47,4	0,003	0,012	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
гот. блюдо	ПОЛДНИК	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,8	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	
гот. блюдо	ПОЛДНИК	Йогурт молочный с фруктовым наполнителем	100	5,00	3,20	8,50	87,00	0,03	0,15	0,8	0,1	119	0,02	14	0	140	91	0,01	0,02	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1468	70,76	67,89	181,31	1620,62	0,671	0,944	43,068	6,813	769,448	0,266	116,965	0,357	778,689	490,692	0,013	0	0,417
День 8																				
№312 2005	ЗАВТРАК	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	190,18	0,22	0,18	18,88	1,82	80,72	0,02	43,96	0,02	482,36	126,32	0,02	0,08	
№234 2005	ЗАВТРАК	Шницель рыбный из пицци трески	100	12,80	9,48	7,58	154,10	0,09	0,1	1,53	0,94	23,2	0,01	24,72	0	215,59	125,35	0	0,33	
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Калуста оленая	50	0,89	0,05	3,40	17,87	0,015	0,02	12	0,305	23,505	0	7,8	0	14,28	14,725	0	0,005	
№389 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0,02	
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,50	0,033	0,008	0	0,38	5,7	0	3,9	0	27,8	18,5	0	0	
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	26,4	47,4	0,003	0,012	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей калусты со сметаной	200/5	1,62	3,60	9,04	75,40	0,008	0,012	2,044	0,172	7,78	0	2,404	0	30,276	5,856	0	0,004	
№265 2005	ОБЕД	Плов с говядиной	200	15,36	14,00	40,42	348,54	0,06	0,04	4,1	0,84	15,88	0,02	26,88	0,08	68,58	83,38	0	0,02	
№14 2005	ОБЕД	Масло сливочное (полив)	5	0,04	3,82	0,04	33,05	0	0	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0	0,065	0	0	0,18	
№342. № 34	ОБЕД	Компот из ягод/плодов быстрозамороженных	200	0,00	0,00	23,86	60,86	0	0	0	0,08	8,48	0	1,72	0	0,72	0	0	0	
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,80	0,049	0,013	0	0,54	6,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	26,4	47,4	0,003	0,012	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
гот. блюдо	ПОЛДНИК	Фрукты свежие (яблоко, груша, юва, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,80	0,08	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1440	46,12	38,66	207,39	1362,64	0,706	0,487	99,664	9,517	242,496	0,072	169,734	0,08	1202,671	640,481	0,026	0	0,643
День 9																				
At пророб	ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	14,22	16,18	3,13	215,36	0,08	0,525	0,3	2,58	117,825	0,27	19,08	0,03	190,035	237,285	0,03	0,03	
№24 1998	ЗАВТРАК	Зеленый горошек консервированный	50	11,50	0,80	26,85	20,50	0,4	0,1	0	4,7	57,5	0	0	0	0	0	0	0	
№349 2005	ЗАВТРАК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,98	0	0	0	0,04	8,44	0	2	0	0,44	0	0	0,2	
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко, груша, юва, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,80	0,08	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Булочка Витаминная	50	2,04	1,60	31,00	58,00	0,15	0,15	0,225	0,475	1,525	0	0,085	0	0,18	0,28	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
№98 2005	ОБЕД	Рассольник "Ленинградский"	200	2,10	4,30	13,52	101,36	0,08	0,08	7,4	0,88	17,22	0	18,14	0	185,16	53,32	0	0,02	
№138 2005	ОБЕД	Калуста тушеная	150	3,43	4,58	14,52	114,04	0,09	0,09	43,88	1,185	89,78	0,03	28,53	0,075	85,535	59,43	0	0,015	
№14 2005	ОБЕД	Масло сливочное (полив)	5	0,04	3,82	0,04	33,05	0	0	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0	0,065	0	0		
№268 2005	ОБЕД	Котлеты, шницелли из говядины	100	12,88	14,11	11,66	221,02	0,06	0,04	2,31	0,56	42,82	0,01	6,38	0,01	70,13	33,95	0	0,01	
№389 2005	ОБЕД	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0,02	
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,80	0,049	0,013	0	0,54	6,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	26,4	47,4	0,003	0,012	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
гот. блюдо	ПОЛДНИК	Молоко витаминизированное 3,2 %	200	5,80	6,40	9,40	120,00	0,08	0,3	2,8	0,2	240	0	0	0	0	0	0	0	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:																				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1530	59,04	53,04	195,65	1271,83	1,138	1,387	117,515	15,02	662,87	0,332	116,885	0,115	847,345	600,415	0,033	0,03	0,337

День 10																				
Акт прораб	ЗАВТРАК	Греч с говядиной и овощами	150	17,33	14,92	28,45	318,36	0,21	0,12	4,8	3,285	31,865	0,015	4,11	0,06	50,58	18,3	0	0	0,015
№71 2005	ЗАВТРАК	Овощи натуральные	100	0,70	0,15	3,35	16,95	0,09	0,1	27,5	1,45	21,5	0,1	17	0	215,5	34	0	0	0,02
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Напиток кисло-молочный	250	1,00	0,02	12,50	130,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Кондитерское изделие	35	2,62	4,13	28,22	131,60	0,028	0,028	0	0,35	7	0	4,55	0	31,5	24,15	0	0	0
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	76,80	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,8	19,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,38	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			695	26,88	20,46	86,96	727,71	0,421	0,281	32,3	6,346	76,365	0,116	43,66	0,06	364,68	143,35	0,003	0	0,047
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	200/16	5,06	4,26	7,60	89,78	0,005	0,005	1,041	0,051	2,405	0	1,376	0	9,523	4,474	0,002	0	0,007
№178 2004	ОБЕД	Запеканка картофельная с мясом	245	16,10	13,74	39,32	345,99	0,294	0,172	27,317	2,254	31,531	0,024	56,032	0,024	616,837	146,069	0	0	0,073
№14 2005	ОБЕД	Масло сливочное (полна)	5	0,04	3,62	0,04	33,05	0	0	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0	0,065	0	0	0	0
№349 2005	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	17,88	67,98	0	0	0	0,04	8,44	0	2	0	0,44	0	0	0	0,2
№15 2005	ОБЕД	Сыр Российский	18	4,32	4,50	0,00	57,78	0,004	0,07	0,108	0,144	128	0,029	5,94	0,108	0	0	0	0	0
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,049	0,013	0	0,54	8,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,38	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			743	30,94	27,79	87,99	764,68	0,412	0,284	28,466	3,939	189,826	0,076	85,32	0,132	697,666	227,193	0,006	0	0,292
№388 2005	ПОЛДНИК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			200	1	0	20,2	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1638	57,82	48,24	214,15	1576,81	0,883	0,565	64,766	13,084	279,991	0,19	136,98	0,182	1292,246	384,643	0,008	0	0,369
День 11																				
№312 2005	ЗАВТРАК	Картофельное пюре	200	4,42	6,00	29,46	180,18	0,22	0,18	18,88	1,62	60,72	0,02	43,96	0,02	462,36	128,32	0,02	0	0,08
№268 2005	ЗАВТРАК	Котлеты, шинцели из говядины	100	12,89	14,11	11,46	221,02	0,08	0,04	2,31	0,56	42,82	0,01	9,38	0,01	70,13	33,95	0	0	0,01
гот. блюдо	ЗАВТРАК	Сельдь слабосоленая	25	4,25	2,12	0,00	38,25	0,005	0,032	0,2	0,275	20	0,005	10	0,007	53,75	87,5	0,01	0	0,108
№388 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	76,80	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,8	19,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,38	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			686	26,79	23,46	86,56	682,69	0,398	0,305	25,49	6,815	163,74	0,036	86,34	0,037	883,24	310,87	0,033	0	0,21
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	1,62	3,60	9,04	75,40	0,008	0,012	2,044	0,172	7,78	0	2,404	0	30,278	5,858	0	0	0,004
№143 2005	ОБЕД	Рагу из овощей	150	3,52	10,82	18,86	180,31	0,12	0,135	18,75	1,035	72,27	0,03	24,045	0,075	185,145	76,11	0	0	0,03
№14 2005	ОБЕД	Масло сливочное (полна)	5	0,04	3,62	0,04	33,05	0	0	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0	0,065	0	0	0	0
Акт прораб	ОБЕД	Суфле рыбное	100	18,20	9,51	1,83	185,88	0,14	0,33	1,39	1,27	84,84	0,06	5,59	0,01	50,04	58,58	0,01	0,01	0,02
№388 2005	ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	200	0,18	0,08	22,20	68,70	0	0,02	65	0,2	12,4	0,04	2,8	0	2,9	0,8	0	0	0,2
484	ОБЕД	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,049	0,013	0	0,54	8,55	0	5,85	0	41,4	29,25	0	0	0
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,38	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			730	28,9	29,3	83,12	711,42	0,377	0,634	87,184	4,127	197,54	0,182	64,809	0,086	339,226	217,796	0,013	0,01	0,266
гот. блюдо	ПОЛДНИК	Фрукты свежие (яблоко, груша, ябн, мандарин, апельсин, перси, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			160	0,6	0	14,7	66	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1465	64,29	52,76	184,38	1440,11	0,865	0,884	189,874	10,792	403,78	0,187	167,649	0,122	1267,466	563,966	0,046	0,01	0,476
День 12																				
№309 2005	ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,18	38,63	207,80	0,09	0,045	0	1,14	16,815	0	0,185	0	0,075	0,57	0	0	0
№280 2005	ЗАВТРАК	Гуляш из говядины	100	12,03	11,40	4,41	188,80	0,03	0,03	4,82	0,33	8,36	0	1,62	0	17,59	8,55	0	0	0
№388 2005	ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,44	0,02	0,02	4	2,8	14	0	8	0	240	14	0	0	0,02
484-1	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	76,80	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,8	19,5	0	0	0
481	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,38	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			610	23,26	16,81	86,68	691,84	0,233	0,128	8,82	5,63	55,395	0	27,785	0	314,665	88,02	0,003	0	0,032
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			610	23,26	16,81	86,68	691,84	0,233	0,128	8,82	5,63	55,395	0	27,785	0	314,665	88,02	0,003	0	0,032
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			16264	626,72	652,82	2192,87	16144,82	8,907	10,888	938,639	121,403	6046,967	8,193	1471,682	2,693	10988,738	5470,583	0,268	0,125	4,937
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			56,33333333	14,33333333	10,68333333	739,16666667	1345,4016666667	0,74226	0,7333333333	211,68133333	11,6916666667	6805833333	0,68275	122,641	0,4416666666	916,5815	465,98275	0,0883333333	0,0416666667	0,1616666667
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				16,5	30,82	54,33	16144,82	0,22	0,27	23,26	3,01	125,04	0,2	38,46	0,07	272,5	135,54	0,01	0	0,12

## Примерное меню

Для учащихся коррекционных классов с7-11лет  
на 2021 -2022 учебный год.

(10дней)

	<u>Выход</u>	<u>Белки</u>	<u>Жиры</u>	<u>Углев.</u>	<u>Калор.</u>
	<u>Граммы</u>				
<b>День первый (понедельник)</b>					
<u>Завтрак:</u>					
Каша пшенная с цукатами					
или каша рисовая	200	7,84	8,14	42,80	274,24
Горячий бутерброд с колбасой и сыром	52	6,62	5,18	13,07	125,81
Йогурт	100	5	3,2	8,5	87,00
Молоко витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
		<b>25,26</b>	<b>22,92</b>	<b>73,77</b>	<b>607,05</b>
<u>Обед:</u>					
Щи из св.капусты с картоф.	200	1,62	3,08	7,52	65
Каша гречневая рассыпч. с м/с	150/5	8,98	9,58	40,25	288,77
Сосиска отварная	58	7,19	11,25	0	135,14
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Витаминиз.напиток	200	0	0	18,4	74
Кодитеркое изделие	35	2,62	4,13	26,22	131,6
		<b>25,77</b>	<b>29,71</b>	<b>125,54</b>	<b>859,61</b>
<u>Полдник:</u>					
Сок	200	1	0	20,2	84,44
<u>Итого за день:</u>		<b>52,03</b>	<b>52,63</b>	<b>219,51</b>	<b>1551,1</b>
<b>День второй (вторник)</b>					
<u>Завтрак:</u>					
Капуста соленая	50	0,89	0,05	3,4	17,97
Картофельное пюре	200	4,42	6,0	29,46	190,18
Суфле рыбное	100	18,2	9,51	1,83	165,86
Кисель фрукт.витаминиз.	200	0	0	13,1	50,62
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>27,74</b>	<b>16,79</b>	<b>73,23</b>	<b>555,4</b>

**Обед:**

Суп картоф. с горохом	200	6,7	4,98	35,2	121,92
Макаронные изд. отв.	150	6,0	4,18	36,63	207,9
Гуляш из говядины	100	12,03	11,4	4,41	168,8
Напиток из шиповника	200	0,16	0,08	22,2	86,7
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>27,74</b>	<b>16,79</b>	<b>73,23</b>	<b>555,43</b>

**Полдник:**

Напиток кисло-молочный	250	1	0,02	12,5	130
<b>Итого за день:</b>		<b>58,99</b>	<b>39,12</b>	<b>217,32</b>	<b>1531,85</b>

**День третий (среда)****Завтрак:**

Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/40	28,44	21,15	30,15	420,29
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,02	58,76
Фрукты свежие	150	0,6	0	14,7	66
Булочка витаминная	50	2,04	1,6	31	58
		<b>31,85</b>	<b>22,75</b>	<b>92,08</b>	<b>612,97</b>

**Обед:**

Рассольник «Ленинградский»	200	2,1	4,3	13,52	101,36
Котлета из говядины	100	12,89	14,11	11,46	221,02
Капуста тушеная с м/с	150/5	3,47	8,18	14,56	147,09
Сок	200	1	0	20,2	84,44
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>24,82</b>	<b>28,26</b>	<b>92,89</b>	<b>724,01</b>

**Полдник:**

Молоко витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
Ватрушка с творогом	100	9,71	5,46	32,51	220,17
		<b>15,51</b>	<b>11,86</b>	<b>41,91</b>	<b>340,17</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>71,61</b>	<b>62,87</b>	<b>225,6</b>	<b>1667,23</b>



## День четвертый (четверг)

### Завтрак:

Свежие овощи	100	0,7	0,15	3,35	16,95
Плов с говядиной	200	15,48	14	40,42	349,54
Сок	200	1	0	20,2	84,44
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>21,29</b>	<b>15,38</b>	<b>84,41</b>	<b>581,73</b>

### Обед

Борщ из свеж.капусты с говядиной	200/5	4,2	4,46	8,64	91,56
Картофельное пюре с м/с	200 /5	4,46	9,62	29,5	223,23
Шницель рыбный	100	12,6	8,48	7,58	154,1
Компот из заморож.ягод	200	0	0	23,96	90,96
Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>24,04</b>	<b>23,37</b>	<b>103,23</b>	<b>713,79</b>

### Полдник

Молоко витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
---------------------------	-----	-----	-----	-----	-------

Итого за день: 51,13 45,15 202,04 1415,52

## День пятый (пятница)

### Завтрак:

Рагу из овощей	200	4,7	14,42	22,48	240,42
Котлета из говядины	100	12,89	14,11	11,46	221,02
Витаминиз.напиток	200	0	0	18,4	74
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>21,82</b>	<b>29,76</b>	<b>77,78</b>	<b>666,24</b>

### Обед

Суп рыбный с крупой	200 /16	4,9	3,36	8,24	83
Омлет натуральный	150	14,22	16,18	3,13	215,36
Сыр	18	4,32	4,5	0	57,78
Кофейныйнапиток	200	3,36	3,68	16,28	110,3
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>32,16</b>	<b>29,39</b>	<b>60,8</b>	<b>636,54</b>

### Полдник:

Фрукты свежие	150	0,6	0	14,7	66
Напиток кисло-молочный	250	1	0,02	12,5	130
		<b>1,6</b>	<b>0,02</b>	<b>27,2</b>	<b>196</b>

Итого за день: 55,58 59,17 165,78 1498,78

## День шестой (понедельник)

### Завтрак:

Макаронные изд. отв.см /с	150/5	6,04	7,8	36,67	240,95
Сосиска отварная	58	7,19	11,25	0	135,14
Свежие овощи	100	0,7	0,15	3,35	16,95
Бутерброд горячий с сыром	50	6,68	10,31	13,09	173,19
Какао с молоком	200	3,8	3,88	20,08	128,4
		<b>24,49</b>	<b>33,31</b>	<b>73,19</b>	<b>694,63</b>

### Обед:

Суп овощной	200	1,6	1,96	9,04	60,54
Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/40	28,44	21,15	30,15	420,29
Компот из смеси фруктов	200	0,06	0	17,88	67,96
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>35,46</b>	<b>24,78</b>	<b>90,22</b>	<b>718,89</b>

### Полдник

Молоко витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
Йогурт	100	5	3,2	8,5	87
		<b>10,8</b>	<b>9,6</b>	<b>17,9</b>	<b>207</b>

### Итого за день:

**70,75      67,69      181,31      1620,52**

## День седьмой (вторник)

### Завтрак:

Капуста соленая	50	0,89	0,05	3,4	17,97
Картофельное пюре	200	4,42	6,0	29,46	190,18
Шницель рыбный	100	12,6	8,48	7,58	154,1
Сок	200	1	0	20,2	84,44
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>23,14</b>	<b>15,76</b>	<b>86,08</b>	<b>577,49</b>

### Обед:

Борщ из свеж.капусты со сметаной	200/5	1,62	3,6	9,04	75,4
Плов с говядиной с м/с	200/5	15,4	17,62	40,46	382,59
Компот из ягод замороз.	200	0	0	23,96	90,96
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>22,38</b>	<b>22,89</b>	<b>106,61</b>	<b>719,05</b>

### Полдник:

Фрукты свежие	150	0,6	0	14,7	66
---------------	-----	-----	---	------	----

### Итого за день:

**46,12      38,65      207,39      1362,54**

## День ВОСЬМОЙ (среда)

### Завтрак:

Омлет натуральный	150	14,22	16,18	3,13	215,36
Зеленый горошек	50	11,5	0,6	26,65	20,5
Компот из смеси ухофрукт.	200	0,06	0	17,88	67,96
Фрукты свежие	150	0,6	0	14,70	66
Булочка витаминная	50	2,04	1,6	31	58
		<b>28,42</b>	<b>18,38</b>	<b>93,96</b>	<b>427,82</b>

### Обед:

Рассольник «Ленинградский»	200	2,10	4,3	13,52	101,36
Капуста тушеная с м/с	150/5	3,47	8,18	14,56	147,09
Котлета из говядины	100	12,89	14,11	11,46	221,02
Сок	200	1	0	20,2	84,44
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>24,82</b>	<b>28,26</b>	<b>92,89</b>	<b>724,01</b>

### Полдник:

Молоко витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
---------------------------	-----	-----	-----	-----	-------

### Итого за день:

	<b>59,04</b>	<b>53,04</b>	<b>195,65</b>	<b>1271,83</b>
--	--------------	--------------	---------------	----------------

## День ДЕВЯТЫЙ (четверг)

Свежие овощи	100	0,7	0,15	3,35	16,95
Греча с говядиной и овощами	150	17,33	14,92	28,45	318,36
Напиток кисло-молочный	250	1	0,02	12,5	130
Кондитерское изделие	35	2,62	4,13	26,22	131,6
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>28,88</b>	<b>20,45</b>	<b>95,96</b>	<b>727,71</b>

### Обед:

Щи рыбные	200 /16	5,06	4,26	7,6	89,78
Запеканка картоф. с мясом с м/с	200/5	16,14	17,36	39,36	379,04
Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0	17,88	67,96
Сыр	18	4,32	4,5	0	57,78
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		<b>30,94</b>	<b>27,79</b>	<b>97,99</b>	<b>764,66</b>

### Полдник:

Сок	200	1	0	20,2	84,44
-----	-----	---	---	------	-------

### Итого за день:

	<b>57,08</b>	<b>47,06</b>	<b>206,66</b>	<b>1576,81</b>
--	--------------	--------------	---------------	----------------

## День десятый (пятница)

### Завтрак:

Картофельное пюре	200	4,42	6,0	29,46	190,18
Шницель из говядины	100	12,89	14,11	11,46	221,02
Сельдь слабосоленая	25	4,25	21,12	0	36,25
Сок	200	1	0	20,2	84,44
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		26,79	23,46	86,56	662,69

### Обед:

Борщ из свеж.капусты со сметаной	200/5	1,62	3,6	9,04	75,4
Рагу из овощей с м/с	150/5	3,56	14,44	16,92	213,36
Суфле рыбное	100	18,2	9,51	1,83	165,86
Напиток из шиповника	200	0,16	0,08	22,2	86,7
Батон нарезной	45	3,38	1,31	13,13	117,9
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
		28,9	29,3	83,12	711,42

### Полдник:

Фрукты свежие	150	0,6	0	14,70	66
---------------	-----	-----	---	-------	----

<u>Итого за день:</u>		56,29	52,76	184,38	1440,11
-----------------------	--	-------	-------	--------	---------

**Выполнение норм питания согласно таблицам химического состава и питательной ценности пищевых продуктов для учащихся в коррекционных классах с7-11 лет за 2021-2022гг.**

Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Итого	В средн. за 1 день	Норма по таблице 2 СанПиН 2.3/2.4.359 0-20 с 12 лет и старше 60%
<b>Белки</b>	52,03	58,99	71,61	51,13	55,58	70,75	46,12	59,04	57,82	56,29	579,36	<b>57,9</b>	<b>46,2</b>
<b>Жиры</b>	52,63	39,12	62,87	45,15	59,17	67,69	38,65	53,04	48,24	52,76	519,32	<b>51,9</b>	<b>47,4</b>
<b>Углеводы</b>	219,51	217,32	225,67	202,04	165,78	181,31	207,39	195,65	214,15	184,38	2013,2	<b>201,3</b>	<b>201</b>
<b>Калор</b>	1551,1	1531,85	1667,23	1415,52	1498,78	1620,52	1362,54	1271,83	1576,81	1440,11	1493,6	<b>1493,6</b>	<b>1410</b>

**Выполнение норм в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных  
веществах  
(суточная) коррекционные классы (12 дней)**

	<b>Фактически среднесуточный набор</b>	<b>Норма по таблице 2 СанПин 2.3/2.4.3590-20 с 7-11 лет</b> <b>60%</b>
белки	59,5	46,2
жиры	52,3	47,4
углеводы	209	201
Энергетическая ценность	1558,7	1410
витамин С	83	36
витамин В1	0,8	0,72
витамин В2	1	0,84
витамин А	0,7	0,42
витамин D	0,2	0,01
кальций	485	660
фосфор	520	660
магний	135,6	150
железо	10,2	7,2
калий	924	660
йод	0,02	0,06
селен	0,01	0,02
фтор	0,42	1,8

**Выполнение норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах учащихся в коррекционных классах в возрасте от 7-11 лет завтраки,обед,полдник на 2021-2022г.г.**

Наименование продуктов	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Итого	Вср д за день	7- 11л 60%
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	60	30	60	60	30	30	60	30	60	60	30	540	45	48
Хлеб пшеничный	71	78	123	99	93	30	71	93	123	78	75	30	964	80,3	90
Мука пшеничная			46,5		16,6	3		10	1,5		15	3	89,6	7,5	9
Крупы,бобовые	111,4	16	16	51	10	54	16,	51	4	41,5			370,9	30,9	27
Макарон. изделия		52,5						52,5				52,5	157,5	13,2	9
Картофель	24	210,9	60	187	64		40	186,9	60	206	187,4	18	1254,2	104,5	112,2
Овощи свежие,зелень	68	84	271,9	209	139	10	140	164	311,6	132	311,5		1831	152,6	168
Фрукты свежие			150	40	150			190	150				680	56,6	111
Фрукты сухие,в т.ч. шиповник	10		10				20		20	20	10		90	7,5	9
Соки плодоовощ.	400		200	200	200	200		200	200	200	200	200	2200	183,3	120
Мясо 1категор.		79	74	79	74			79	74	143,5	74	79	755,5	63	42
Птица															21
Субпродукты						74							74	6,2	18
Рыба-филе		91		66	20				66	20	116		379	23	34,8
Колбасные изделия	78						58						136	11,3	
Молоко	300	53,6	329	231,6	178		433	31,6	150		106		1812,8	151	180
Кислом. продукты	100	250			250		100				250		950	79,2	90
Творог			138				138						276	26,8	30
Сыр	7				18			20		18			63	5,3	6
Сметана		15	6	5		12,5	8	5		5	15		71,5	6	6
Масло сливочное	14	16	12	21	15,6	6,6	25,4	16	10	27	21	5	19,6	15,8	18
Масло растител.		10	10,3	2,5	14,2	6	2	10,5	10,3	9,5	14,3	4	103,1	8,6	9
Яйцо		22	4	100			5,3		100	20			251,3	20,9	24
Сахар	6	22	41,5	24			31	39	6,5	15	35		220	18,3	18
Кондитер изделия	35									25			60	5	6
Чай			1										1	0,1	0,6
Какао							4						4	0,3	0,6
Кофейн. напиток					3,3								3,3	0,3	1,2
Дрожжи			1,1										1,1	0,09	0,12
Крахмал		24											24	2	1,8
Соль	1,5	2	1,5	2	2	1	1,5	2	2	2	1,5	1	20	2	1,8