

СОГЛАСОВАНО

Директор
МБОУ «Терновская ООШ»

С.И. Вострикова
2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО «Общепит»

Н.П. Лащёнова
2023 г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Обеспечения бесплатным
питанием детей – инвалидов,
детей с ОВЗ (обучающиеся 1 – 4 классов.)

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

недельник
неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энерг цен, ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
риска отварная	60	7,6	21,2	0,3	199,5	0,129	3,98	249,38	0,771	25,23	110,45	25,23	1,23	284,6	243 с6.2017
рис отварной	150	8,3	9	37,4	157,5	0,02	2		0,04	22,91	172,7	24,86	1,82	10	271 с6.2017
пюре (свежие, мороженые, иссервированные), включая соленые вашень, томат-пюре, зелень	50	0,84	0,12	40,4	26	0,036	0,97	16,25	0,009		8	10,4	0,3	35,69	таб.с6 94г
хлеб домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	ТУ9115-001- 12123357
чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28		376 с6.2017
итого	525	20,64	32,68	116,65	574	0,445	8,37	266,83	2,85	70,24	330,95	76,39	4,32	333,3	

бед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергет цен, ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углевод							
пирожок "Украинский"	1/200	2,55	7,75	17,03	147,9	0,51	2,3	17,85	0,26	40,8	224,4	17,85	0,77		113
котлета мясная	1/40	13,26	11,76	6	185,4	0,14		18	2,16	21	112,8	30	1,2		469
макаронны отварные	1/100	0,7	5,05	3,4	62	0,24	0	46,87		122,61	203,05	92,44	3,9		71
суп томатный	1/30	0,54	0,74	1,36	18,88	0,02	3,76	4	0,1	6,28	8,48	4,9	0,24		363
хлеб пшеничный	2/25	1,9	1,36	10,35	58,5	0,03			0,25	5	18,34	7,09	0,42		*
сок фруктовый	200	1,33	1,5	12,77	149,1	0,11	16,1	18	0,12	33,3	66,63	21,4	0,74	19,8	692
итого	620	20,28	28,16	50,91	621,78	1,05	22,16	104,72	2,89	228,99	633,7	173,68	7,27	19,8	

х. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ
Вторник
1 неделя

**Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов,
детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)**

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергет. ценн., ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
Сыр полутвердый	20	3,5	4,42		54	0,08	1,94	62,01	0,82	132	75	5,25	0,15	596,2	15 с6 2017
Каша манная молочная с/с,с/м	150/10/10	6,9	12,18	37,9	237,5	0,01	0,06	15	0,05	152,35	134,3	23,06	0,26	16,05	181 с6 2017
Батон домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	ТУ9115-001- 12123357
Какао с молоком	200	4,1	3,54	17,58	118,6	0,01	0,12	34,5	0,08	152,22	124,56	21,34	0,48	38,7	382 с6 2017
Итого	440	18,3	22,5	79,03	541,1	0,33	3,54	112,71	2,72	447,57	370,86	64,15	1,58	653,94	

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
Суп картофельный с горохом	1/200	6,2	5,6	22,3	167	0,09	7,71		0,75	30,08	188	28,2	0,94		139
Картофельное пюре	1/100	4,41	9,45	30,66	228,9	0,1	15,03	16,8	0,11	31,08	62,19	19,97	0,69		520
Шницель мясной	1/40	0,4	0	0,87	6,53	0,02	5,79		1,41	13,7	18,83	9,24	0,31		*
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117	0,06			0,5	10	36,67	14,17	0,83		*
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	1,2	0,4	36,4	84	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33		*
Итого	612	16,01	15,75	110,93	603,43	0,3	28,53	16,8	3,1	90,86	325,19	75,78	3,1		
Всего															

Бух. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ
Среда
1 неделя

**Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов,
детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)**

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергет. ценн, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
Оладьи жареные со сгущенным молоком	100/30	12,86	8,75	19,21	301,75	0,08			1,89	139	167,63	19,98	0,55	224 с6 2017	
Бутерброд с ветчиной	30/30	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	199115-001- 12123357	
Чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28	376 с6.2017	
Итого	405	16,76	11,11	57,76	492,75	0,34	1,42	1,2	3,92	161,1	207,43	35,88	1,52	3	

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергет. цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
Суп с фрикадельками	25/200	7,55	5,61	15,4	144,84	0,12	10		2,5	29	90	25	1,5	137	
Хлеб пшеничный	1/25	3,8	0,3	20,7	117	0,06			0,5	10	36,67	14,17	0,83	*	
Пирожок с яблоком	100	3,8	1,1	42	191,7	0,01		0		5,46		1,95	0,14	687	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,32	0	15,2	60	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	684,685	
Итого	572	15,47	7,01	93,3	513,54	0,22	10	0	3,33	50,46	146,17	45,32	2,8		
Всего															

Бух. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

Четверг

1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергет цен, ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
Тефтели куриные	80	7	9	8	136	0,06	0,73	20,1	0,32	12	22	14	1	35,62	279 с6 2017
Картофельное пюре	150	3,1	9,16	17,98	172,86	0	0,09			41,66	87,03	27,39	1,03		312 с6 2017
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-пюре, зелень	40	0,84	0,12	40,4	26	0,036	0,97	16,25	0,009		8	10,4	0,3	35,69	таб.с6 94г
Батон домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	ТУ9115-001- 12123357
Чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28		376 с6.2017
Итого	535	14,84	20,64	104,93	525,86	0,356	3,21	37,55	2,359	75,76	156,83	67,69	3,3	74,31	

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергет цен, ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	углеводы							
Суп-лапша с курицей	30/200	9,6	7,01	15,19	163,2	0,08	16		1	55	192	32	1,2		233
Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,15	10,35	58,5	0,03			0,25	5	18,34	7,09	0,42		*
Пицца	1/100	3,68	3,89	34,52	198	0,01		0		4,09		1,46	0,11		687
Чай с сахаром	200/15	1,33	1,5	12,77	149,1	0,11	16,1	18	0,12	33,3	66,63	21,4	0,74	19,8	692
Итого	570	16,51	12,55	72,83	568,8	0,23	32,1	18	1,37	97,39	276,97	61,95	2,47	19,8	
Всего															

Бух. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

Пятница

1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энерг цен, ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
Котлеты рубленые из птицы	70	13,95	13,4	13,02	218,8	0,07	2,85		2,15	47,82	64	17,76	2,9	63,2	294 с6.2017
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-пюре, зелень	40	0,84	0,12	40,4	26	0,036	0,97	16,25	0,009		8	10,4	0,3	35,69	таб.с6 94г
Каша пшеничная	150	5,66	0,67	31,92	156,3	0,16	26,54	14,3	0,16	11,19	37,17	8,62	0,86	22,52	302 с6.2017
Батон домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	ТУ9115-001- 12123357
Чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28		376 с6.2017
Итого	525	24,35	16,55	123,89	592,1	0,526	31,78	31,75	4,349	81,11	148,97	52,68	5,03	124,4	

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энерг цен, ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
Солянка " Домашняя"	1/200	15,08	11,65	4,78	185,12	0,52	2,34	18,2	0,26	41,6	228,8	18,2	0,78		157
Сосиска в тесте	55/50	4,2	9	29,2	218	0,13	19,32	21,6	0,14	39,96	79,96	25,68	0,89		
Хлеб пшеничный	1/25	3,8	0,3	20,7	117	0,06			0,5	10	36,67	14,17	0,83		*
Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,04	4		0,4	40	24	18	0,8		639
Итого	530	23,68	20,95	86,08	644,12	0,75	25,66	39,8	1,3	131,56	369,43	76,05	3,3		
Всего															

Бух. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

Понедельник

2 Неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г				Энерг цен, ккал	Витамины					Минеральные вещества (mg)				
		белки	жиры	глеводы	B1		C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№	
Сосиска отварная	60	7,6	21,2	0,3	199,5	0,129	3,98	249,38	0,77	25,23	110,45	25,23	1,23	284,6	243 с6.2017	
Каша пшеничная	150	6,4	7,5	37,6	203	0,39	50,8	5922	0,94	1,37	60,95	16,32	6,44	6048	304 с6.2017	
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и квашеные, томат-пюре, зелень	60	0,84	0,12	40,4	26	0,01	0,69	4	0,04		10,4	0,06	8,78	таб.с6 94г		
Батон домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	ТУ9115-001- 12123357	
Чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28		376 с6.2017	
Итого	535	18,74	31,18	116,85	619,5	0,789	56,9	6176,6	3,78	48,7	211,2	67,85	8,7	6345		

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г				Энергет цен, ккал	Витамины (mg)					Минеральные вещества (mg)				
		белки	жиры	глеводы	B1		C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	№	
Борщ с капустой и картофелем	1/200	1,6	4,16	10,48	84,8	0,04	8,64		0,64	46,4	160	24	1,04		110	
Котлета в тесте	40/50	2,94	6,31	22,77	219,06	0,02			0,27	7,67	45,17	9,03	9,03	0,56	733	
Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,15	10,35	58,5	0,03			0,25	5	18,34	7,09	0,42		*	
Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	46	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33		*	
Итого	515	6,94	10,72	53,7	408,36	0,12	8,64		1,49	65,07	243	44,32	10,82	0,56		
Всего																

Бух. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

Вторник

2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергет цен, ккал	Витамины (mg) Минеральные вещества (mg)								№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	глеводы							
Сыр полутвердый	20	3,5	4,42		54	0,08	1,94	62,01	0,82	132	75	5,25	0,15	596,2	15 с6 2017
Каша молочная рисовая с/с, с/м	150/10/1 0	7,14	12,92	63,01	230	0	0,9		0,02	155,9	187,43	43,41	0,75		181 с6 2017
Батон домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	TV9115-001- 12123357
Какао с молоком	200	4,1	3,54	17,58	118,6	0,01	0,12	34,5	0,08	152,2	124,56	21,34	0,48	38,7	382 с6 2017
Итого	440	18,54	23,24	104,1	533,6	0,32	4,38	97,71	2,69	451,1	423,99	84,5	2,07	637,9	

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энерг цен, ккал	Витамины (mg) Минеральные вещества (mg)								№	
						B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
						белки	жиры	глеводы							
Суп картофельный с горохом	1/200	6,32	5,71	22,75	170,34	0,1	8,36		0,82	32,64	204	30,6	1,02		139
Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,15	10,35	58,5	0,03			0,25	5	18,34	7,09	0,42		*
Бутерброд с ветчиной и сыром	30/30/15	11,8	12	20,3	201	0,09	15,4	0		11,25	64,22	17,7	1,14		*
Компот из сухофруктов с добавлением свежих ягод	1/200	4,9	5	32,5	190	0,036	0,97	16,25	0,01	196,7	157,59	30,33	0,59	35,69	693
Итого	500	24,92	22,86	85,9	619,84	0,256	24,7	16,25	1,08	245,6	444,15	85,72	3,17	35,69	
Всего															

Бух. калькулятор:

Повар:

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

Среда

2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г				Энерг. цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№
		белки	жиры	глеводы	B1		C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	
Омлет натуральный запечённый с колбасой	20/130	12,86	8,75	19,21	301,75	0,08			1,89	139	167,63	19,98	0,55	P.212 M	
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-пюре, зелень	30	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	ТУ9115-001-12123357	
Батон домашний	30	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	ТУ9115-001-12123357	
Чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28	376 с6.2017	
Итого	425	16,76	11,11	57,76	492,75	0,34	1,42	1,2	3,92	161,1	207,43	35,88	1,52	3	

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г				Энергет. цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№
		белки	жиры	глеводы	B1		C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	PЭ	
Борщ "украинский"	1/200	2,45	7,45	16,37	142,1	0,51	2,3	17,85	0,26	40,8	224,4	17,85	0,77	113	
Котлета мясная	1/40	13,26	11,76	6	185,4	0,14		18	2,16	21	112,8	30	1,2	469	
Макароны отварные	1/100	0,742	5,35	3,61	65,72	0,24	0	46,87		122,6	203,05	92,44	3,9	71	
Соус томатный	1/30	0,54	0,74	1,36	18,88	0,02	3,76	4	0,1	6,28	8,48	4,9	0,24	363	
Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,15	10,35	58,5	0,03			0,25	5	18,34	7,09	0,42	*	
Сок фруктовый	200	1,197	1,35	11,49	13,42	0,09	14,5	16,2	0,11	29,97	59,97	19,26	0,67	19,8	
Итого	620	20,09	26,8	49,18	484,02	1,03	20,6	102,92	2,88	225,7	627,04	171,54	7,2	19,8	
Всего															

Бух. кассир: _____

Повар: _____

МЕНЮ

**Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов,
детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)**

Четверг
2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г				Энерг цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
							B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
Плов из птицы	30/100	13,71	8,5	28,8	257	0,12	0,89	34,15	0,16	25,23	110,45	25,23	1,23	54,7	291 с/л	2017
Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соевые и грибы, томат-пюре, зелень	60	0,84	0,12	40,4	26	0,01	0,69	4	0,04			10,4	0,06	8,78	таб.с/л	94г 001-
Батон домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	таб.с/л	91г 12123
Итого	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28		376 с/л	2017
Итого	455	18,45	10,98	107,8	474	0,39	3	39,35	2,23	47,33	150,25	51,53	2,26	66,48		

Обед ОВЗ

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г				Энергет цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
Суп с фрикадельками	25/200	7,55	5,61	15,4	144,84	0,12	10		2,5	29	90	25	1,5			137
Хлеб пшеничный	1/25	3,8	0,3	20,7	117	0,06			0,5	10	36,67	14,17	0,83		*	
Пирожок с яблоком	100	3,8	1,1	42	191,7	0,01		0		5,46		1,95	0,14			687
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,32	0	15,2	60	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33			684,685
Итого	572	15,47	7,01	93,3	513,54	0,22	10	0	3,33	50,46	146,17	45,32	2,8			

Бухгалтерский калькулятор:

Повар:

МЕНЮ

Обеспечение бесплатным питанием детей - инвалидов, детей с ОВЗ (обучающиеся 1-4 классов.)

Пятница
2 неделя

Прием пищи, Наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергет цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
						B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
Сыр полутвердый	10	1,74	2,21		27	66	37,5		0,02	66	37,5	2,63	0,1	2	15 с6 2017
Горбуша рыбные	90	7,44	7,25	10,59	137,25	0,1	3,42	35,7	1,62	57,44	110,14	18,72	0,2	20,4	239 с6 2017
Картофельное пюре	150	3,1	9,16	17,98	172,86	0	0,09			41,66	87,03	27,39	1,03		312 с6 2017
Хлеб домашний	50	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	200/15	0,1		15	60	0,03			0,26	11,1	2,8	1,4	0,28		376 с6.2017
Итого	515	16,18	20,98	67,12	528,11	66,36	42,4	36,9	3,67	187,2	274,47	64,64	2,3	25,4	

Обед ОВЗ

Прием пищи, Наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергети ч цен, ккал	Витамины (mg)			Минеральные вещества (mg)					№	
						B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		PЭ
Ворцы с капустой и картофелем	1/200	2	5,2	13,1	106	0,05	10,8		0,8	58	200	30	1,3		110
Каша гречневая	1/100	11,2	1,6	70	338	0,04			0,5	7	24	6	0,6		516
Соус томатный	1/30	0,54	0,74	1,36	18,88	0,02	3,76	4	0,1	6,28	8,48	4,9	0,24		363
Комлета из филе птицы	1/40	11,2	1,6	70	338	0,04			0,5	7	24	6	0,6		
Хлеб пшеничный	2/25	1,9	0,15	10,35	58,5	0,03			0,25	5	18,34	7,09	0,42		*
Комлот из сухофруктов	1/200	0,31	0	35	143	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33		*
Итого	620	27,15	9,29	199,8	1002,38	0,21	14,6		2,48	89,28	294,32	58,19	3,49		

Бух. калькулятор:

Повар: