



Составлено:

МКОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
Директор МКОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
01.09.2018



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 1

День 1		Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		
№ рец. по сбор.	1			2	3	Б Ж У			
						4		5	6
завтрак									
182/2017м		каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	8,88	14,57	50,24	369,32		
399/2017м		блинчики с повидлом	70	6,15	3,68	17,95	129,52		
701/2010м		хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40		
338/2017м		фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
54-2гн/2022н		чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32		
		Итого	660	18,71	19,61	109,73	694,56		
Полдник									
389/2017м		макароны отварные с сыром	150	10,9	7,9	28,6	229,1		
389/2017		соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	24,61	102,45		
		Итого	350	11,9	7,9	53,21	331,55		

Итого сумма за день



Согласовано:

МКОУ «Ильменское»
Сурововский район Волгоградской области
СШ № 1
01.09.2025



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 2

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак						
101/2004л	икра кабачковая консервированная	100	1,6	16,26	10,27	104
ТТК 77/3/2022н- /331/2017м	котлеты домашние с соусом	100//20	8,32	13,15	7,17	180,62
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	640,0	21,47	38,77	89,73	704,24
Полдник						
183/2017м	каша молочная гречневая	150	6,75	7,05	25	183,8
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	370	8,63	7,25	45,24	274,07

Итого сумма за день



Согласовано:

Директор МКОУ «Ильмень-Суворовская СШ»
/ А.С. Сухов /
10.09.2022 г.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 3

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7

завтрак

47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	100	1,70	5,00	8,46	85,70
77-6/331/2022	котлета мясосоковая	100	9,30	6,10	5,90	116,00
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая	180	8,76	7,56	43,2	275,87
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	630,0	23,9	19,9	94,8	654,1

Полдник

192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	150	5,39	5,27	45,5	250,99
378/2017м	чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81
	Итого	350	7,7	6,62	61,4	331,99

Итого сумма за день



Согласовано:

«Информационно-методический центр»
Суровикова Е.И.
01.09.2022 г.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 4

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	

завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону	100	0,8	0,1	1,9	12	
ТТК 77/1/2022- /331/2017м	котлета рыбная с соусом	100//20	12,30	8,90	6,90	156,90	
305/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	10,80	12,00	47,60	266,60	
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	
	Итого	640	27,18	21,96	88,14	584,22	

Полдник

424/2017м	булочка Домашняя	150	10,54	12,01	73,05	442,5	
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	
	итого	350	13,71	14,69	89	543,1	

Итого сумма за день



Согласовано:

«Ильмень» Суворовская СШ
Директор: *С.С. Сухов*
01.09.2017



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 5

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7

завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	10,80	7,98	48,37	308,50
15/2017м	сыр порциями	10	2,30	2,90	0,00	35,87
338/2017м	фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	610,0	17,5	12,5	100,1	586,4

Полдник

389/2017м	макароны отварные с сыром	150	10,9	7,9	28,6	229,1
389/2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	24,61	102,45
	Итого	350	11,9	7,9	53,21	331,55

Итого сумма за день



Согласовано: МКОУ "Ильмень-Суворовская СШ"
Директор МКОУ "Ильмень-Суворовская СШ"
С.А. Сухов



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 6

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	ккал	
			1	2	3	4	5

завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону	100	1,1	0,2	2,8	22
ТТК 77/2/2022н- /332/2017М	биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	11,28	12,55	6,70	184,87
204/2017м	макароны отварные с маслом	180,0	6,87	7,30	38,35	246,60
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
	Итого	640,0	22,53	21,01	79,59	602,19

Полдник

183/2017м	каша молочная гречневая	150	6,75	7,05	25	183,8
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	370	8,63	7,25	45,24	274,07

Итого сумма за день



Согласовано:

МКОУ «Ильменский ЦСШ»
Суворова
Директор МКОУ «Ильменский ЦСШ»
Суворова
С.А. Суворова



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 7

День 7							
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	ккал	
			1	2	3	4	5

завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68
209/2017м	яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
338/2017м	фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-3гн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	630	15,79	18,78	90,15	590,6

Полдник

389/2017м	макароны отварные с сыром	150	10,9	7,9	28,6	229,1
389/2017	соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	24,61	102,45
	Итого	350	11,9	7,9	53,21	331,55

Итого сумма за день



Согласовано:

Директор МКОУ "Ильменский-Спортивный ЦС"



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 8

День 8						
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
			1	2	3	4

завтрак

ТТК 77/4/2022н- /332/2017м	котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	10,25	11,32	5,93	190,25
125/2017м	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,64
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	0,8	6,01	8,26	92,8
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	620	19,326	20,11	76,57	590,71

Полдник

182/2017м	каша молочная пшенная	150	4,22	4,99	12,9	203,6
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,75
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Итого	370	8,97	7,87	38,51	350,95

Итого сумма за день



Составлено:
МКОУ «Ильменский-Суворовская СШ»
01.09.2021



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 9

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	ккал	
1	2	3	4	5	6	7	

завтрак

120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	300	6,56	5,69	23,25	180,00
338/2017м	фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
54-2гн\2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72
	Итого	660,0	16,3	18,1	72,6	527,7

Полдник

192/2017м	биточки или котлеты манные с повидлом	150	5,39	5,27	45,5	250,99
378/2017м	чай с молоком	200	2,31	1,35	15,9	81
	Итого	350	7,7	6,62	61,4	331,99

Итого сумма за день



Согласовано:

Директор МКОУ "Ильмень-Суворовская СШ" С.И. Сухов



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием детей с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

День 10

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
			4	5	6	7
1	2	3	4	5	6	7

завтрак

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	3,00	3,90	6,30	70,20
291/2017м	плов из птицы	230	19,42	11,34	29,20	348,06
379/2017м	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,94	100,6
701	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
	Итого	580	29,44	19,12	78,14	651,86
Полдник						
424/2017м	булочка Домашняя	150	10,54	12,01	73,05	442,5
54-2гн/2022н	какао с молоком	200	4,66	3,6	12,67	101,72
	Итого	350	15,2	15,61	85,72	544,22

Итого сумма за день

ОВЗ завтрак+полдник	Всего за 10 дней	9 870,00	318,35	299,47	1 465,65	9 831,60
	Средний суточный рацион	987	31,83	29,95	146,57	983,16
	Норма по СанПин завтрака 20%- 25% + полдник 10% - 15% ± 5%	900	27-36	27,6-36,8	114,9-153,2	816-1080