



«Утверждаю»

Директор

МОБ УН. ОШ № 24 п. Гусский

Гурьева Т. П.

(ФИО)

«18» марта 2025

год

МП

Примерное 10-ти дневное цикличное меню

работаем с
апреля 2016г

Горячих школьных завтраков и обедов для
организации питания детей ОВЗ с 7 до 11 лет обучающихся в общеобразовательных учреждениях с дневным
пребыванием

Третьи блюда витаминизированы витамином С

Сезон: Весна

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015, Сборник рецептов блюд и кулинарных изделия/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тапешкина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В. 2013 г., Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2011, Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Лвт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Преевичный. - К.: Л.С.Кв 2005, Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2016, 1. А. Тутельян. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи плюс, 2012, Сборник рецептов и кулинарных изделий: Для предприятия общественного питания / Авт.-сост.:А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: Арий,2013 г. Продукция промышленного выпуска.

День 1
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 161,- Пермь, 2011.	Каша пшеничная молочная	1/200/5	200	7,565	6,425	25,22	186,49
№ 379,ДеЛи плюс, 2015	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,16	2,67	15,9	100,6
Пром. выпуск	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак.	1/100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
№ 95,Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я 2013 г.	Бутерброды с джемом или повидлом	60	60,00	2,60	4,20	30,36	170,10
	Итого завтрак:		560,00	16,13	15,80	75,98	513,69
	Обед						
№54-16 з.,– Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов в общеобразовательных организациях / Под редакцией ФЦГиЭ Роспотребнадзора - Новосибирск, 2022 г.	Винигрет с растительным маслом	100	100	1	8,83	6,83	111,73
№ 112,Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250,00	250,00	2,56	5,27	21,9	109
№336,Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016.	Бигус с курицей	200	200	9,19	12,92	9,58	170
№ 348,ДеЛи плюс, 2015	Компот из кураги	1/200	200,00	0,78	0,05	27,63	114,80
Пром. выпуск	Яблоко	100,00	100,00	0,44	0,44	10,78	49,50
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
	Итого обед:		920,00	19,16	28,26	106,79	703,56
	Итого за день:		1480,00	35,29	44,05	182,77	1217,25

	завтрак 20-25 %	обед 30-35%	Нормативное значение при 50- 60% калорийности	(2-х разовое питание) (%)	Фактическое значение (%) за день		Пищевые вещества			Калорийность (Ккал)		Пищевые вещества			Калорийность (Ккал)
	470-587	705-822,5	1175-1410				Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
Фактическое значение (%)	513,69	703,56	1217,25												
						НОРМА завтраки 20-25%	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	НОРМА обеды 30-35%	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25	705-822,5
											Фактическое среднее значение за обеды 30-35%	19,16	28,26	106,79	703,56
	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	Калорийность (Ккал)											
Нормативное значение при 50-60%	38,5-48,51	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410											

День 2
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 14, Дели плюс, 2011	Масло порционно	10	10	0,08	4,25	3,13	88
№ 15, Дели плюс, 2011.	Сыр порционно	15,00	15,00	4,26	4,32	0,00	54,00
№ 175, Дели плюс, 2015	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200,00	200,00	5,44	7,18	25,32	238,10
№ 376, Дели плюс, 2011	Чай с сахаром	200,00	200,00	0,07	0,02	15,00	50,00
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	40	40	2,31	0,48	13,36	69,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	35,00	35,00	3,09	0,45	21,72	105,21
	Итого завтрак:		500,00	15,25	16,70	78,53	604,63
	Обед						
№ 88, Дели плюс, 2015	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	200	1,87	10,95	8,36	121,44
№ 308, Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коронка Л.С., доцент Таленкина Н.В., Гринина А.С., Кашина Е.А.	Помидор свежий	60,00	60,00	0,66	0,12	2,28	14,40
№ 313, Сборник рецептур на производство для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, Москва, 2011 г.	Картофель жареный (из отварного)	180,00	180,00	4,12	15,79	33,50	292,50
№ 54-14р-20/54-2с-20, Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста - Новосибирск, 2021 г.	Тефтели рыбные (минтай) в соусе белом основном	90,00	90	11,59	4,95	11,36	156,38
54-20гн-2020	Чай с грушей и апельсином	200,00	200,00	0,30	0,00	1,70	8,90
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	60,00	60,00	4,73	0,60	28,97	140,28
Пром. выпуск	Яблоко	150,00	150,00	0,66	0,66	16,17	74,25
	Итого обед:		965,00	25,58	33,37	110,69	851,47
	Итого за день:		1465,00	40,83	50,07	189,22	1456,10

Фактическое значение (%)	завтрак 20-25 %	обед 30-35%	Нормативное значение при 50-60%калорийности	(2-х разовое питание) (%)	Фактическое значение (%) за день	Пищевые вещества				Калори ность (Ккал)	Пищевые вещества				Калорий ность (Ккал)
						Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность		Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность	
	470-587	705-822,5	1175-1410			НОРМА	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	НОРМА обеды 30-35%	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25	705-822,5
	604,63	851,47	1456,10			завтраки 20-25%					Фактическое среднее значение за обеды 30-35%	25,58	33,37	110,69	851,47
	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углево ды (гр)	Калори ность (Ккал)											

	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	Калорийность (Ккал)
Нормативное значение при 50-60%	38,5-48,51	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410
Фактическое значение (%)	40,83	50,07	189,22	1456,10

НОРМА завтраки 20-25%	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Фактическое среднее значение за завтраки 20-25%	15,25	16,70	78,53	604,63

День 4
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 250, профессор Перевалов А.Я., Кашина Е.В. 2013 г.	Каша манная вязкая	200	200	11,74	11,82	35,54	279,4
№ 377, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делли плюс, 2015 с. 270	Чай с лимоном	200	200	0,13	0,02	15,2	61
№ 95, Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я. 2013 г.	Бутерброды с джемом или повидлом	60	60,00	2,60	4,20	30,36	170,10
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	40	40	2,64	0,48	13,36	69,32
	Итого завтрак:		500,00	17,11	16,52	94,46	579,82
	Обед						
№82, – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тупешикина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В. 2013 г.	Салат витаминный	60	60	0,66	1,06	6,36	45,8
№ 145, профессор Перевалов, Кашина Е.В. 2013 г.	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/200	200,00	4,39	4,21	13,22	108,60
№ 381, Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., Кашина Е.В. 2013 г.	Шницели мясные с маслом сливочным	90	90	8,25	12,1	7,16	172
№ 302, од ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делли плюс, 2015	Макаронные изделия отварные	1/150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
№ 349, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делли плюс, 2015	Компот из смеси сухофруктов	1/200	200,00	0,66	0,09	32,14	132,80
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
Пром. выпуск	Апельсин	150,00	150,00	1,48	0,33	13,36	66,00
	Итого обед:		920	26,15	23,06	128,76	842,18
	Итого за день:		1420,00	43,26	39,58	223,22	1422,00

	завтрак 20-25 %	обед 30-35%	Нормативное значение при 50-60% калорийности	(2-х разовое питание) (%)	Фактическое значение (%) за день	Пищевые вещества	Калорийность (Ккал)	Пищевые вещества	Калорийность (Ккал)						
	470-587	705-822,5	1175-1410							Белки	Жиры	Углеводы			
Фактическое значение (%)	579,82	842,18	1422,00												
						НОРМА завтраки 20-25%	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	НОРМА обеды 30-35%	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25	705-822,5
	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	Калорийность (Ккал)							Фактическое среднее значение за обеды 30-35%	26,15	23,06	128,76	842,18

	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	Калорийность (Ккал)
	38,5-48,51	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410
Нормативное значение при 50-60%				
Фактическое значение (%)	43,26	39,58	223,22	1422,00

День 5

Сезон: Весна

ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая
		блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность
	Завтрак						
Пром. выпуск	Батон	30	30	0,7	0,03	14,49	40,14
№15, ДеЛи плюс, 2011.	Сыр порционнно	15,00	15,00	4,26	4,32	0,00	54,00
№ 14, ДеЛи плюс, 2011	Масло порционнно	15	15	0,12	6,375	4,695	132
№ 236, Сборник рецептов сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко-К.: А.С.К., 2005.с. 100	Суп молочный с крупой (гречка)	200	200	5,97	5,48	17,08	141,6
№ 495, Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., Кашина Е.В. 2013 г.	Чай с молоком	1/200	200	1,5	1,3	15,9	81
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	40,00	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52
Пром. выпуск	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак.	1/100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
	Итого завтрак:		600	18,51	20,405	75,985	598,76
	Обед						
№106, – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделия/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тапешкина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В. 2013 г.	Огурец свежий	60,00	60,00	0,48	0,06	1,50	8,40
№ 94, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2016. -147с.	Суп-лапша домашняя	1/200	200,00	4,48	6,09	9,54	111,00
№390, – Сборник технических нормативов –	Тефтели («ёжики»)	90	90	13,86	7,83	27,36	208,4
№ 302, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	150	8,5	6,09	38,64	243,75
№ 331, Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2015	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	20	0,3	0,99	1,4	16,2
54-20гн-2020	Чай с грушей и апельсином	200,00	200,00	0,30	0,00	1,70	8,90
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
	Итого обед:		790	33,11	21,81	110,21	745,18
	Итого за день:		1390	51,62	42,215	186,195	1343,94

День 6
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 161,- Пермь, 2011.	Каша пшеничная молочная	1/200/5	200	7,565	6,425	25,22	186,49
№ 536Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений проф.образования, спец. учреждений для несовершеннолетних. Перевалов А.Я. , Пермь, 2013 г.	Оладьи с маслом	60	60	4,5	5,71	23,21	178,87
№ 379,ДеЛи плюс, 2015	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,16	2,67	15,9	100,6
Пром. выпуск	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак.	1/100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
	Итого завтрак:		560	18,025	17,305	68,83	522,46
	Обед						
№ 106,Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тапешкина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В. 2013 г.	Помидор свежий	60,00	60,00	1,10	0,12	2,28	14,40
№ 102,Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 123	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/200	200	4,7	8,6	13	136
№ 670,: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, части 1-2/ Под ред.Ф.Л.Марчука и В.Т.Лапшиной. - Изд. Хлебпродинформ, 1996..	Куриные окорочка(голени), запеченные с чесноком	90,00	90,00	12,35	7,02	13,84	252,38
№ 723,Авт.-сост.:А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: Арий,2013 г.	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	1/150	150	3,08	4,83	27,29	125
Пром. выпуск	Сок персиковый	1/200	200,00	0,60	0,20	30,40	125,80
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
	Итого обед:		770	27,02	21,52	116,88	802,11
	Итого за день:		1330	45,045	38,825	185,71	1324,57

День 7
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№15,Дели плюс, 2011.	Сыр порционно	10,00	10,00	2,84	2,88	0,00	36,00
№253., профессор Переманов А.Я., доцент Коронка Л.С., доцент Ташкинова Н.В., Гринина А.С., Кашина Е.В. 2013 г.	Каша рисовая вязкая	200	200	6	10,85	42,95	294
№ 382,Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2015 с. 272	Какао с молоком	1/200	200	4,08	3,54	17,58	118,6
Пром. выпуск	ЙОГУРТ 2.5% индупак.	1/100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого завтрак:		540	18,09	20,07	79,52	575,24
	Обед						
№54-16 з., Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов в общеобразовательных организациях / Под редакцией ФПГ и Э Роспотребнадзора - Новосибирск, 2022 г.	Винегрет с растительным маслом	100	100	1	8,83	6,83	111,73
№ 134,Сборник технологических нормативов, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания - Уфа. Составители: Минина Н.А., Ениязова А.В., Хасанова Р.З., Мазитова В.С. и др., 2010 г.	Суп крестьянский с крупой(пшеничная)	200,00	200,00	1,90	4,60	9,30	86,00
№230,Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - Москва, 2017 г.	Рыба запеченная (минтай) в сухарях	90,00	90,00	13,16	6,01	3,5	96,81
№168,Дели принт, 2011. - 584 с.	Рис отварной	1/150	150,00	3,56	5,30	36,60	209,70
№54-2с-20,Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста - Новосибирск, 2021 г.	Соус белый основной	20,00	20,00	0,54	0,84	0,86	13,26
№ 49,Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	1/200	200,00	0,60	0,00	16,90	69,80
Пром. выпуск	Яблоко	150,00	150,00	0,66	0,66	16,17	74,25
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
	Итого обед		980	26,61	26,99	120,23	810,08
	Итого за день		1520	44,7	47,06	199,75	1385,32

	завтрак 20-25 %	обед 30-35%	Нормативное значение при 50-60% калорийности (2-х разовое питание) (%)	Фактическое значение (%) за день	Пищевые вещества			Калорийность (Ккал)	Пищевые вещества			Калорийность (Ккал)
	470-587	705-822,5	1175-1410		Белки	Жиры	Углевод		Белки	Жиры	Углевод	
Фактическое значение (%)	575,24	810,08	1385,32									

	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	Калорийность (Ккал)
Нормативное значение при 50-60%	38,5-48,51	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410
Фактическое значение (%)	44,70	47,06	199,75	1385,32

НОРМА за сутки 20-25%	Белки	Жиры	Углевод	Калорийность
	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Фактическое среднее значение за завтраком 20-25%	18,09	20,07	79,52	575,24

НОРМА обед 30-35%	Белки	Жиры	Углевод	Калорийность
	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25	705-822,5
Фактическое среднее значение за обедом 30-35%	26,61	26,99	120,23	810,08

День 8

Сезон: Весна

ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 1, ДеЛи плюс, 2011	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/45/15	60,00	2,82	8,90	17,86	163,20
№ 174, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 164	Каша молочная кукурузная жидкая	200	200	9,63	11,10	30,78	233,74
№ 377, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с. 270	Чай с лимоном	200	200	0,13	0,02	15,2	61
Пром. выпуск	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак.	1/100	100	2,80	2,50	4,50	56,50
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Итого завтрак:		590	17,75	22,82	82,83	584,58
	Обед						
№ 50, Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60,00	60,00	3,45	6,24	4,2	79,08
№ 104, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	200	2,23	2,6	14,03	96,67
№ 289 Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 с.	Рагу из птицы	175	175	12,56	11,72	15,2	217
Пром. выпуск	Сок яблочный	1/200	200	1	0	20,2	84,8
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
Пром. выпуск	Банан	1/100	100	1,65	0,55	23,1	105,6
	Итого обед:		805	26,08	21,86	106,8	731,68
	Итого за день:		1395	43,83	44,68	189,63	1316,26

День 9
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 95, Авт. Сост.: профессор Перевалов А.А. 2013 г.	Бутерброды с джемом или повидлом	60	60,00	2,60	4,20	30,36	170,10
№ 223, Делли плюс, 2015	Запеканка из творога с молоком сгущённым	1/170/30	200	10,23	11,9	38,5	289
№ 209, Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делли плюс, 2015	Яйцо варёное	40	40	5,08	4,6	0,28	63
54-11г-2020, Новосибирский НИИ	Чай без сахара	200,00	200,00	0,20	0,00	0,10	1,40
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	30	30	1,98	0,36	10,02	51,99
	Итого завтрак:		530	20,09	21,06	79,26	575,49
	Обед						
№ 18, Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делли плюс, 2015	Салат зелёный с яйцом	60	60	0,81	3,63	1,28	40,32
№ 99, од ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делли плюс, 2015	Суп из овощей	1/200	200,00	1,20	3,99	7,31	76,20
№ 367, Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.А., доцент Коронка Л.С., доцент Талашкина Н.В., Гришнина А.С., Кашина Е.В. 2013 г.	Гуляш из говядины	100	100	11,71	16,3	20,16	247,5
№ 302, од ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делли плюс, 2015	Макаронные изделия отварные	1/150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
№ 859, Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Зюбков, В.А.	Компот из свежих плодов	1/200	200,00	0,2	0,2	22,3	110
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2,35	0,30	14,47	69,90
Пром. выпуск	Апельсин	150,00	150,00	1,48	0,33	13,36	66,00
	Итого обед:		915,00	24,92	29,57	113,68	821,69
	Итого за день:		1445	45,01	50,63	192,94	1397,18

[illegible]

День 10
Сезон: Весна
ОВЗ 7-11 лет

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак						
№ 4, ДеЛи плюс, 2015	Бутерброд с отварными мясными продуктами	60	60	9,45	1,18	17,83	120,00
№ 250, профессор Перевалов А.Я, Кашина Е.В. 2013 г.	Каша манная вязкая	200	200	11,74	11,82	35,54	279,4
№ 379, ДеЛи плюс, 2015	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,16	2,67	15,9	100,6
Пром. выпуск	ЙОГУРТ 2,5% инд.упак.	1/100	100	2,8	2,5	4,5	56,5
	Итого завтрак:		560,00	27,15	18,17	73,77	556,50
	Обед						
№2.- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий/Авт. Сост.: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тапешкина Н.В., Гришнина А.С., Кашина Е.В. 2013 г.	Салат витаминный	60	60	0,66	1,06	6,36	45,8
№ 134, Сост.: профессор Перевалов А.Я., Кашина Е.В. 2013 г.	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	200	200	5,6	14,6	4,09	160,1
№ 1055, Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, издание 6-е, переизданное и дополненное, ООО Фирма «Партнер», Уфа, 2017 г.	Куриные нагетсы	90,00	90,00	13,68	12,24	17,55	248,4
№ 694, Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко. – К.: А.С.К., 2005	Картофельное пюре	150	150,00	3,15	7,95	22,05	112,50
Пром. выпуск	Сок яблочный	1/200	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	25	25,00	1,65	0,30	8,35	43,32
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	45,00	45,00	3,54	0,45	21,72	105,21
	Итого обед:		770,00	29,28	36,60	100,32	800,13
	Итого за день:		1330,00	56,43	54,77	174,09	1356,63

[illegible]

	Пищевые вещества						Энергетическая ценность	Энергетическая ценность
	Белки	Белки	Жиры	Жиры	Углеводы	Углеводы		
НОРМА завтраки 20-25%	15,4-19,25	15,4-19,25	15,8-19,75	15,8-19,75	67-83,75	67-83,75	470-587,5	470-587,5
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки 20-25%</i>	184,37	18,44	187,46	18,75	779,72	77,97	5614,35	561,44
НОРМА обеды 30-35%	23,1-26,95	23,1-26,95	23,7-27,65	23,7-27,65	100,5-117,25	100,5-117,25	705-822,5	705-822,5
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней обеды 30-35%</i>	262,16	26,22	267,40	26,74	1113,04	111,30	7818,80	781,88
Итого 10 дней норма завтраки, обеды 50-60%	38,5-48,51	38,5-48,51	39,5-47,4	39,5-47,5	167,5-201	167,5-201	1175-1410	1175-1410
<i>Фактическое среднее значение за 10 дней завтраки, обеды 50-60%</i>	446,53	44,65	454,85	45,49	1892,76	189,28	13433,15	1343,32
	446,53	44,65	454,85	45,49	1892,76	189,28	13433,15	1343,32

Суммарные объемы блюд по приемам пищи 7-11 лет

	Завтрак	Обед
1 день	560	920
2 день	500	870
3 день	500	800,00
4 день	500,00	920
5 день	600	790
6 день	560	770
7 день	540	900
8 день	590	833
9 день	530	915
10 день	560	770
Норма	500	700
Фактическое среднее значение за 10 дней	594	918,8