

«Согласовано»

Директор

МАОУ СОШ № 27

В.М.Питало

2024г



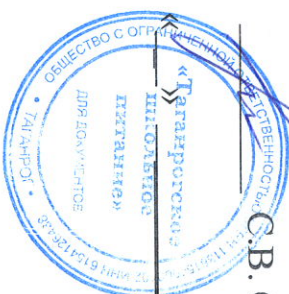
« Утверждаю »

Директор

ООО «Таганрогское школьное питание»

С.В. Орехова

2024г



## Примерное двухнедельное меню бесплатного горячего питания (завтрак)

детей 1 - 4 классов

с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов  
(возрастная категория: 7 – 11 лет)  
на сентябрь - декабрь 2024г.  
стоимостью 67 рублей 94 копейки

г. Таганрог  
2024г

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г)							Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14					
<b>1 неделя</b>																		
<b>1 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
311	Каша вязкая молочная рисовая	250	6,82	12,33	60,15	378,83	0,07	1,2	68,5	188,4	294,6	89,15	2,33					
424	Булочка "Домашняя"	100	7,28	12,52	43,92	317,48	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78					
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,01	0,11	59	133,2	16,5	5,25	0,15					
АКО	Кофейный напиток черный	200	0,30	0,00	15,10	61,60	0,00	0,00	0,00	10,00	14,00	0,00	0,02					
<b>Итого:</b>																		
			<b>14,48</b>	<b>32,1</b>	<b>119,3</b>	<b>824</b>	<b>0,15</b>	<b>1,31</b>	<b>129,9</b>	<b>343,48</b>	<b>367,1</b>	<b>110,84</b>	<b>3,28</b>					
<b>2 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
181	Каша манная молочная жидкая	250	2,75	3,63	20,50	125,67	0,04	0,00	0,00	15,00	22,50	6,25	0,25					
АКО	Булочка "Маковка"	100	8,10	5,20	65,20	340,00	0,16	0,30	0,06	23,00	48,10	9,35	0,54					
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02					
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	47,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86					
<b>Итого:</b>																		
			<b>10,93</b>	<b>16,08</b>	<b>97,81</b>	<b>579,68</b>	<b>0,20</b>	<b>0,40</b>	<b>50,06</b>	<b>45,35</b>	<b>81,84</b>	<b>20,00</b>	<b>1,67</b>					
<b>3 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
177	Каша рисовая с яблочками	250	5,25	4,25	48,50	253,25	0,06	3,28	13,60	63,20	100,00	28,70	1,06					
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02					
АКО	Булочка "Российская"	100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,12	0,00	4,00	19,80	70,00	27,40	1,30					
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	47,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86					
<b>Итого:</b>																		
			<b>15,04</b>	<b>28,19</b>	<b>119,17</b>	<b>790,57</b>	<b>0,18</b>	<b>3,38</b>	<b>67,60</b>	<b>90,35</b>	<b>181,24</b>	<b>60,50</b>	<b>3,24</b>					
<b>4 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
173	Каша вязкая молочная из овсянных хлопьев	250	9,44	14,90	42,75	342,86	0,24	1,09	62,30	180,63	300,00	81,90	2,40					
14	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,20	99,14	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02					
424	Булочка "Домашняя"	100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78					
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	47,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86					
<b>Итого:</b>																		
			<b>19,27</b>	<b>42,47</b>	<b>113,49</b>	<b>913,23</b>	<b>0,31</b>	<b>1,19</b>	<b>114,70</b>	<b>199,86</b>	<b>353,24</b>	<b>102,74</b>	<b>4,06</b>					
<b>5 День</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
181	Каша манная молочная жидкая	250	2,75	3,63	20,50	125,67	0,04	0,00	0,00	15,00	22,50	6,25	0,25					
АКО	Булочка "Школьная с крошкой"	100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49					
377	Чай с лимоном	210	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36					
<b>Итого:</b>																		
			<b>12,59</b>	<b>20,34</b>	<b>94,26</b>	<b>610,48</b>	<b>0,08</b>	<b>2,94</b>	<b>59,00</b>	<b>168,40</b>	<b>122,90</b>	<b>18,10</b>	<b>1,10</b>					



2 неделя		1 день		2 день		3 день		4 день		5 день			
Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак			
173	Каша вязкая молочная из овсяннык хлопьев	250	9,44	14,90	42,75	342,86	0,24	1,09	62,30	180,63	300,00	81,90	2,40
424	Булочка "Домашняя"	100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78
14	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,20	99,14	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	47,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
<b>Итого:</b>		<b>565</b>	<b>19,27</b>	<b>42,47</b>	<b>113,49</b>	<b>913,23</b>	<b>0,31</b>	<b>1,19</b>	<b>114,70</b>	<b>199,86</b>	<b>353,24</b>	<b>102,74</b>	<b>4,06</b>
2 день		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
181	Каша манная молочная жидкая	250	2,75	3,63	20,50	125,67	0,04	0,00	0,00	15,00	22,50	6,25	0,25
АКО	Булочка "Маковка"	100	8,10	5,20	65,20	340,00	0,16	0,30	0,06	23,00	48,10	9,35	0,54
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	47,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>10,93</b>	<b>16,08</b>	<b>97,81</b>	<b>579,68</b>	<b>0,20</b>	<b>0,40</b>	<b>50,06</b>	<b>45,35</b>	<b>81,84</b>	<b>20,00</b>	<b>1,67</b>
3 день		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
311	Каша вязкая молочная рисовая	250	6,82	12,33	60,15	378,83	0,07	1,2	68,5	188,4	294,6	89,15	2,33
424	Булочка "Домашняя"	100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,07	0	2,4	11,88	42	16,44	0,78
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
АКО	Кофейный напиток чернык	200	0,30	0,00	15,10	61,60	0,00	0,00	0,00	10,00	14,00	0,00	0,02
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>16,91</b>	<b>36,27</b>	<b>133,94</b>	<b>929,83</b>	<b>0,14</b>	<b>1,20</b>	<b>110,90</b>	<b>212,68</b>	<b>353,60</b>	<b>105,59</b>	<b>3,15</b>
4 день		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
177	Каша рисовая с яблочками	250	5,25	4,25	48,50	253,25	0,06	3,28	13,60	63,20	100,00	28,70	1,06
АКО	Булочка "Школьная с крошкой"	100	9,71	16,69	58,56	423,31	0,04	0,11	59,00	139,20	96,00	9,45	0,49
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
376	Чай с сахаром	190	0,00	0,00	11,38	45,52	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>15,04</b>	<b>28,19</b>	<b>118,57</b>	<b>788,17</b>	<b>0,10</b>	<b>3,49</b>	<b>122,60</b>	<b>209,75</b>	<b>207,24</b>	<b>42,55</b>	<b>2,43</b>
5 день		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак		Завтрак	
120	Суп молочный с вермишелью	250	7,47	8,75	24,00	204,63	0,09	0,80	33,00	163,00	136,90	26,70	0,65
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02
15	Сыр твердый	15	3,48	4,43	0,00	53,75	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Хлеб йодированнык	30	1,90	0,22	11,55	55,78	0,05	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,60
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,98	47,92	0,00	0,10	10,00	4,95	8,24	4,40	0,86
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,15	0,00	4,00	24,00	52,00	7,00	1,19
<b>Итого:</b>		<b>605</b>	<b>13,33</b>	<b>21,05</b>	<b>57,46</b>	<b>472,57</b>	<b>0,29</b>	<b>1,00</b>	<b>97,00</b>	<b>206,20</b>	<b>234,48</b>	<b>52,40</b>	<b>4,18</b>

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г.

Основание: сборник рецептов блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г.

Технолог

Д.В. Серебрянская