

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Колчеданская школа-интернат», реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»
(ГБОУ СО Колчеданская школа-интернат)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБОУ СО «Колчеданская школа-интернат»

_____ И.Т. Богачёва

В редакции от 17.10.2024 г. приказ № 282

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

**для организации питания обучающихся
ГБОУ СО «Колчеданская школа-интернат»
возрастная категория: 7 - 11 лет
(двухнедельное)**

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 7-11 лет

	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
НЕДЕЛЯ 1							
ДЕНЬ 1 - ПН							
Обед	47	Винегрет овощной	100,00	1,30	6,10	8,90	95,00
	95	Борщ с капустой и картофелем с мясом	200,00	4,30	5,80	12,20	122,00
	326	Бефстроганов из отварной говядины	100,00	8,40	9,70	5,80	144,00
	202	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	7,50	6,30	44,80	250,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за обед			830,00	27,40	28,70	117,30	829,00
Полдник	268	Омлет натуральный	100,00	10,60	8,10	3,20	124,00
	69	Бутерброды с маслом	25,00	1,20	5,70	11,60	84,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200,00	0,00	0,00	19,40	75,00
	82	Фрукты свежие	165,00	0,60	0,60	16,10	74,00
Всего за полдник			490,00	12,40	14,40	50,30	357,00
Ужин	2	Салат витаминный	100,00	1,20	5,10	6,00	73,00
	311	Рыба, запеченная в сметанном соусе	250,00	11,30	10,80	24,60	230,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	575	Хлеб ржаной-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			590,00	15,50	16,40	67,60	472,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	150,00	2,30	2,70	3,00	51,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2			210,00	4,50	5,30	19,80	157,00
Итого за день:				59,80	64,80	255,00	1815,00
ДЕНЬ 2 - ВТ							
Завтрак	285	Пудинг творожный запеченный	120,00	9,00	13,10	13,40	185,00
	471	Молоко сгущенное	30,00	2,10	2,50	13,80	96,00
	502	Какао с молоком и витаминами	200,00	3,90	3,10	11,10	82,00
	576	Батон	60,00	4,60	1,80	29,80	157,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			610,00	20,60	20,70	85,30	588,00
Обед	316	Сельдь с луком	70,00	5,30	6,40	2,60	94,00
	119	Суп картофельный с рыбой	200,00	6,00	3,40	22,00	127,00
	319	Шницель натуральный рубленый	90,00	8,70	11,00	2,80	156,00
	177	Рагу из овощей	150,00	2,80	6,40	34,00	182,00
	494	Компот из изюма	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за обед			790,00	28,80	28,00	117,80	823,00
Полдник	550	Манник	100,00	4,20	7,60	27,00	193,00
	469	Молоко кипяченое	180,00	7,00	4,50	8,60	99,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за полдник			480,00	12,20	12,30	52,80	360,00
Ужин	42	Салат картофельный с зеленым горошком	100,00	1,20	6,20	12,30	100,00
	329	Бигус	210,00	12,00	11,80	29,00	249,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			550,00	16,10	18,50	67,50	472,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	20,00	1,50	2,30	14,80	70,00
Всего за ужин 2			200,00	4,70	5,80	19,00	141,00
Итого за день:				82,40	85,30	342,40	2384,00
ДЕНЬ 3 - СР							
Завтрак	230	Каша манная молочная жидкая	170,00	6,60	5,50	28,00	175,00
	79	Масло сливочное (порциями)	15,00	0,10	8,80	0,20	71,00
	469	Молоко кипяченое	180,00	7,00	4,50	8,60	99,00
	576	Батон	60,00	4,60	1,80	29,80	175,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			625,00	19,30	20,80	83,80	588,00
	15	Салат из свежих огурцов с луком	100,00	0,70	6,00	2,70	68,00

Обед	113	Суп картофельный с бобовыми и мясом	200,00	7,60	6,10	21,60	162,00
	367	Птица в соусе с томатом	90,00	7,50	10,00	2,40	171,00
	265	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	4,90	45,50	203,00
	459	Чай с лимоном	200,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржаной-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за обед		Всего за обед	820,00	27,10	27,80	118,00	824,00
Полдник	535	Пирожки печеные с морковью и изюмом	80,00	8,30	8,80	25,30	183,00
	465	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	2,50	13,60	88,00
	82	Фрукты свежие	185,00	0,70	0,70	18,10	83,00
Всего за полдник			465,00	11,80	12,00	57,00	354,00
Ужин	34	Салат из свёклы с чесноком	100,00	1,40	6,00	8,50	93,00
	31	Печень, тушенная с овощами	200,00	11,60	9,50	22,90	218,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200,00	0,00	0,00	19,40	75,00
	575	Хлеб ржаной-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			540,00	15,70	15,90	67,70	471,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	150,00	2,30	2,70	3,00	51,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2			210,00	4,50	5,30	19,80	157,00
Итого за день:		Итого за день:		78,40	81,80	346,30	2394,00
ДЕНЬ 4 - ЧТ							
Завтрак	275	Омлет с сыром	150,00	11,00	12,60	2,80	195,00
	157	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	30,00	0,00	0,00	1,90	18,00
	72	Бутерброды с повидлом	45,00	1,60	3,80	26,90	122,00
	502	Какао с молоком и витаминами	200,00	3,90	3,10	15,10	82,00
	576	Батон	40,00	3,00	1,20	19,90	104,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			665,00	20,50	20,90	83,80	589,00
Обед	1	Салат из капусты белокачанной	100,00	1,60	6,00	9,60	98,00
	128	Суп-лапша домашняя с курой	200,00	4,70	4,00	14,50	100,00
	299	Рыба, тушенная в томате с овощами	90,00	11,70	11,70	6,00	182,00
	377	Пюре картофельное	150,00	3,30	6,00	31,00	179,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
575	Хлеб ржаной-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00	
Всего за обед			820,00	27,30	28,50	117,50	823,00
Полдник	286	Сырники из творога запеченные	110,00	9,30	9,10	23,60	226,00
	471	Молоко сгущенное	20,00	1,40	1,70	15,20	64,00
	460	Чай с молоком	200,00	1,60	1,30	11,50	64,00
Всего за полдник			330,00	12,30	12,10	50,30	354,00
Ужин	17	Салат из свежих помидоров	100,00	1,00	6,10	3,60	75,00
	375	Плов из отварной птицы	200,00	12,10	9,60	31,80	253,00
	484	Кисель	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			540,00	15,80	16,10	67,30	473,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	20,00	1,50	2,30	14,80	70,00
Всего за ужин 2		Всего за ужин 2	200,00	4,70	5,80	19,00	141,00
Итого за день:				80,60	83,40	337,90	2380,00
ДЕНЬ 5 - ПТ							
Завтрак	229	Каша "Дружба"	170,00	9,30	5,50	23,00	164,00
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15,00	2,40	3,30	0,00	32,00
	79	Масло сливочное (порциями)	15,00	0,10	8,80	0,20	71,00
	465	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	2,50	13,60	88,00
	576	Батон	60,00	4,60	1,80	29,80	157,00
	82	Фрукты свежие	185,00	0,70	0,70	18,10	83,00
Всего за завтрак		Всего за завтрак	645,00	19,90	22,60	84,70	595,00
Завтрак 2	576	Булочка	60,00	3,60	4,60	16,80	106,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак 2			260,00	4,60	4,80	34,00	174,00
Итого за день:				24,50	27,40	118,70	769,00
НЕДЕЛЯ 2							
ДЕНЬ 6 - ПН							
Обед	31	Салат из свёклы с солёными огурцами	100,00	1,70	6,10	8,40	96,00
	100	Рассольник ленинградский с мясом	200,00	5,70	6,00	15,90	141,00
	327	Гуляш из отварной говядины	90,00	11,20	12,20	4,90	162,00
	211	Каша перловая рассыпчатая с овощами	150,00	3,40	3,00	42,90	206,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00

	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за обед			820,00	27,90	28,10	117,70	823,00
Полдник	268	Омлет натуральный	100,00	10,60	8,10	3,20	124,00
	69	Бутерброды с маслом	25,00	1,20	5,70	11,60	84,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200,00	0,00	0,00	19,40	75,00
	82	Фрукты свежие	165,00	0,60	0,60	16,10	74,00
Всего за полдник		Всего за полдник	490,00	12,40	14,40	50,30	357,00
Ужин	1	Салат из капусты белокачанной	100,00	1,60	6,00	9,60	98,00
	312	Рыба, запеченная с картофелем под молочным соусом	250,00	11,20	9,40	20,70	208,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			590,00	15,80	15,90	67,30	475,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	150,00	2,30	2,70	3,00	51,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2			210,00	4,50	5,30	19,80	157,00
Итого за день:				60,60	63,70	255,10	1812,00
ДЕНЬ 7 - ВТ							
Завтрак	285	Пудинг творожный запеченный	120,00	9,00	13,10	13,40	185,00
	471	Молоко сгущенное	30,00	2,10	2,50	13,80	96,00
	502	Какао с молоком и витаминами	200,00	3,90	3,10	11,10	82,00
	576	Батон	60,00	4,60	1,80	29,80	157,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			610,00	20,60	20,70	85,30	588,00
Обед	316	Сельдь с луком	70,00	5,30	6,40	2,60	94,00
	122	Суп с рыбными консервами	200,00	5,60	5,90	17,20	128,00
	359	Печень, тушенная в соусе сметанном	90,00	9,90	11,00	10,30	158,00
	377	Пюре картофельное	150,00	3,30	6,00	31,00	179,00
	494	Компот из изюма	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
	Всего за обед			790,00	30,10	30,10	117,50
Полдник	550	Манник	100,00	4,20	7,60	27,00	193,00
	469	Молоко кипяченое	180,00	7,00	4,50	8,60	99,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за полдник			480,00	12,20	12,30	52,80	360,00
Ужин	43	Салат картофельный с огурцами солеными	100,00	1,60	6,20	12,20	99,00
	329	Бигус	210,00	12,00	11,80	29,00	249,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			550,00	16,50	18,50	67,40	471,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	20,00	1,50	2,30	14,80	70,00
Всего за ужин 2			200,00	4,70	5,80	19,00	141,00
Итого за день:				84,10	87,40	342,00	2383,00
ДЕНЬ 8 - СР							
Завтрак	235	Каша пшеничная молочная жидкая	170,00	7,10	5,20	28,70	179,00
	79	Масло сливочное (порциями)	15,00	0,10	8,80	0,20	71,00
	469	Молоко кипяченое	180,00	7,00	4,50	8,60	99,00
	576	Батон	60,00	4,60	1,80	29,80	171,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			625,00	19,80	20,50	84,50	588,00
Обед	17	Салат из свежих помидоров	100,00	1,00	6,10	3,60	75,00
	104	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	200,00	4,20	5,80	11,20	111,00
	372	Котлеты из птицы припущенные	90,00	10,90	11,30	11,50	214,00
	256	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	4,90	45,50	203,00
	459	Чай с лимоном	200,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за обед			820,00	27,40	28,90	117,60	823,00
Полдник	535	Пирожки печеные с капустой	80,00	8,30	8,80	25,30	183,00
	465	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	2,50	13,60	88,00
	82	Фрукты свежие	185,00	0,70	0,70	18,10	83,00
Всего за полдник			465,00	11,80	12,00	57,00	354,00
Ужин	32	Салат из свёклы с сыром	100,00	2,12	7,32	8,19	109,40
	31	Печень, тушенная с овощами	200,00	11,60	9,50	22,90	218,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200,00	0,00	0,00	19,40	75,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			540,00	16,42	17,22	67,39	487,40

Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	150,00	2,30	2,70	3,00	51,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2		Всего за ужин 2	210,00	4,50	5,30	19,80	157,00
Итого за день:		Итого за день:		79,92	83,92	346,29	2409,40
ДЕНЬ 9 - ЧТ							
Завтрак	275	Омлет с сыром	150,00	11,00	12,60	2,80	195,00
	157	Горошек зелёный отварной	30,00	0,00	0,00	1,90	18,00
	72	Бутерброды с повидлом	45,00	1,60	3,80	26,90	122,00
	502	Какао с молоком и витаминами	200,00	3,90	3,10	15,10	82,00
	576	Батон	40,00	3,00	1,20	19,90	104,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			665,00	20,50	20,90	83,80	589,00
Обед	2	Салат витаминный	100,00	1,20	5,10	6,00	73,00
	129	Суп с макаронными изделиями и картофелем с курой	200,00	4,90	5,60	18,00	135,00
	310	Шницель рыбный натуральный	90,00	11,20	11,30	6,30	158,00
	172	Картофель, тушеный с луком	150,00	4,20	5,10	30,90	193,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	40,00	3,00	0,30	19,40	95,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за обед			820,00	27,50	27,90	117,60	823,00
Полдник	286	Сырники из творога запеченные	110,00	9,30	9,10	23,60	226,00
	471	Молоко сгущенное	20,00	1,40	1,70	15,20	64,00
	460	Чай с молоком	200,00	1,60	1,30	11,50	64,00
Всего за полдник			330,00	12,30	12,10	50,30	354,00
Ужин	15	Салат из свежих огурцов с луком	100,00	0,70	6,00	2,70	68,00
	376	Рагу из птицы	200,00	12,20	10,80	33,00	260,00
	484	Кисель	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	2,70	0,40	16,90	85,00
Всего за ужин			540,00	15,60	17,20	67,60	473,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	20,00	1,50	2,30	14,80	70,00
Всего за ужин 2			200,00	4,70	5,80	19,00	141,00
Итого за день:				80,60	83,90	338,30	2380,00
ДЕНЬ 10 - ПТ							
Завтрак	236	Каша рисовая молочная	170,00	9,30	5,40	22,80	157,00
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15,00	2,40	3,30	0,00	32,00
	79	Масло сливочное (порциями)	15,00	0,10	8,80	0,20	71,00
	465	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	2,50	13,60	88,00
	576	Батон	60,00	4,60	1,80	29,80	157,00
	82	Фрукты свежие	185,00	0,70	0,70	18,10	83,00
Всего за завтрак			645,00	19,90	22,50	84,50	588,00
Завтрак 2	576	Булочка	60,00	3,60	4,60	16,80	106,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак 2			260,00	4,60	4,80	34,00	174,00
Итого за день:				24,50	27,30	118,50	762,00
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:				655,42	688,92	2800,47	19488,40
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:				81,93	86,12	350,06	2436,05

Примечание: среднее значение за период рассчитано по количеству приёмов пищи и фактическим составляет 8 полных дней

Заведующий производством _____ Романова О.В.

Специалист по питанию _____ Рычков В.В.

Медицинская сестра _____ Зырянова А.В.