

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: 12 лет и старше
(двухнедельное)**

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 12 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	1,10	6,10	7,40	88,00
	95	Борщ с капустой и картофелем с мясом	250,00	4,90	6,30	12,70	138,00
	326	Бефстроганов из отварной говядины	120,00	9,80	11,40	7,20	162,00
	202	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	8,20	7,60	45,30	280,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за обед			970,00	32,80	32,60	136,40	976,00
Полдник	268	Омлет натуральный	100,00	10,60	8,10	3,20	124,00
	69	Бутерброды с маслом	35,00	2,60	6,40	19,10	136,00
	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			500,00	13,80	15,10	57,80	409,00
Ужин	2	Салат витаминный	100,00	1,20	5,10	6,00	73,00
	311	Рыба, запеченная в сметанном соусе	300,00	12,60	12,80	25,50	262,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	575	Хлеб ржаной-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			660,00	18,20	18,70	77,00	547,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2			240,00	5,40	6,10	21,00	177,00
Итого за день:				70,20	72,50	292,20	2109,00
ДЕНЬ 2 - ВТ							
Завтрак	285	Пудинг творожный запеченный	150,00	11,60	15,10	15,20	206,00
	471	Молоко сгущенное	50,00	3,60	4,20	15,00	116,00
	502	Какао с молоком и витаминами	200,00	3,90	3,10	11,10	82,00
	576	Батон	90,00	6,93	2,70	44,82	235,80
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			690,00	27,03	25,30	103,32	707,80
Обед	316	Сельдь с луком	100,00	6,50	9,20	3,80	114,00
	119	Суп картофельный с рыбой	300,00	7,20	5,10	24,00	141,00
	319	Шницель натуральный рубленый	100,00	9,60	12,20	3,10	175,00
	177	Рагу из овощей	180,00	3,40	7,70	36,80	193,00
	494	Компот из изюма	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за обед			1000,00	35,60	35,40	142,30	977,00
Полдник	550	Манник	120,00	6,60	8,00	37,40	232,00
	469	Молоко кипяченое	200,00	7,80	5,00	9,60	108,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за полдник			520,00	15,40	13,20	64,20	408,00
Ужин	42	Салат картофельный с зеленым горошком	100,00	1,20	6,20	12,30	100,00
	329	Бигус	250,00	13,40	12,20	31,90	279,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			610,00	18,90	19,20	78,90	545,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	30,00	1,90	2,50	17,30	80,00
Всего за ужин 2			210,00	5,10	6,00	21,50	151,00
Итого за день:				102,03	99,10	410,22	2788,80
ДЕНЬ 3 - СР							
Завтрак	230	Каша манная молочная жидкая	200,00	7,10	7,40	30,30	204,00
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15,00	2,40	5,30	0,00	66,00
	469	Молоко кипяченое	200,00	7,80	6,50	9,60	108,00
	576	Батон	90,00	6,93	3,70	39,80	235,80
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			705,00	25,23	23,10	96,90	681,80
	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	250,00	8,80	7,50	23,10	187,00
	367	Птица в соусе с томатом	120,00	8,40	13,30	3,10	176,00
	265	Макаронные изделия отварные	180,00	6,40	5,90	47,40	221,00
	459	Чай с лимоном	200,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржаной-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за обед		Всего за обед	970,00	33,20	33,90	140,30	962,00
Полдник	535	Пирожки печеные с морковью и изюмом	110,00	10,10	10,70	31,30	243,00
	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			495,00	13,60	13,90	63,00	414,00
Ужин	34	Салат из свёклы с чесноком	100,00	1,40	6,00	8,50	93,00
	31	Печень, тушенная с овощами	250,00	12,80	11,80	25,50	255,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200,00	0,00	0,00	19,40	75,00
	575	Хлеб ржаной-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			610,00	18,30	18,50	78,80	551,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2			240,00	5,40	6,10	21,00	177,00
Итого за день:		Итого за день:		95,73	95,50	400,00	2785,80
ДЕНЬ 4 - ЧТ							
Завтрак	275	Омлет с сыром	150,00	11,00	12,60	2,80	195,00
	157	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	50,00	1,50	0,10	3,20	30,00
	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	70,00	5,30	3,30	34,80	183,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			715,00	24,30	23,10	100,00	680,00
Обед	1	Салат из капусты белокочанной	100,00	1,60	6,00	9,60	98,00
	128	Суп-лапша домашняя с курой	300,00	5,50	5,60	15,80	125,00
	299	Рыба, тушенная в томате с овощами	120,00	13,00	13,90	7,60	199,00
	377	Пюре картофельное	180,00	4,00	7,00	32,20	193,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
575	Хлеб ржаной-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00	
Всего за обед			1020,00	33,00	33,70	139,80	969,00
Полдник	286	Сырники из творога запеченные	130,00	10,50	10,20	28,20	249,00
	471	Молоко сгущенное	30,00	2,10	2,50	17,80	96,00
	460	Чай с молоком	200,00	1,60	1,30	11,50	64,00
Всего за полдник			360,00	14,20	14,00	57,50	409,00
Ужин	17	Салат из свежих помидоров	100,00	1,00	6,10	3,60	75,00
	375	Плов из отварной птицы	250,00	13,30	11,80	34,00	283,00
	484	Кисель	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			610,00	18,40	18,60	78,00	546,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	30,00	1,90	2,50	17,30	80,00
Всего за ужин 2		Всего за ужин 2	210,00	5,10	6,00	21,50	151,00
Итого за день:		Итого за день:		95,00	95,40	396,80	2755,00
ДЕНЬ 5 - ПТ							
Завтрак	229	Каша "Дружба"	200,00	10,50	6,40	26,90	186,00
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15,00	2,40	3,30	0,00	32,00
	79	Масло сливочное (порциями)	20,00	0,10	9,50	0,20	92,00
	465	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	2,50	13,60	88,00
	576	Батон	90,00	6,93	2,70	44,82	235,80
	82	Фрукты свежие	185,00	0,70	0,70	18,10	83,00
Всего за завтрак		Всего за завтрак	710,00	23,43	25,10	103,62	716,80
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:				28,03	29,90	137,62	890,80
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	250,00	6,20	7,50	17,30	152,00
	327	Гуляш из отварной говядины	100,00	12,70	14,70	5,40	187,00
	211	Каша перловая рассыпчатая с овощами	180,00	4,10	3,70	45,60	227,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00

	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за обед			950,00	33,50	33,20	140,50	970,00
Полдник	268	Омлет натуральный	100,00	10,60	8,10	3,20	124,00
	69	Бутерброды с маслом	35,00	2,60	6,40	19,10	136,00
	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	500,00	13,80	15,10	57,80	409,00
Ужин	1	Салат из капусты белокачанной	100,00	1,60	6,00	9,60	98,00
	312	Рыба, запеченная с картофелем под молочным соусом	300,00	13,90	11,60	23,60	241,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			660,00	19,90	18,40	78,70	551,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2			240,00	5,40	6,10	21,00	177,00
Итого за день:				72,60	72,80	298,00	2107,00
ДЕНЬ 7 - ВТ							
Завтрак	285	Пудинг творожный запеченный	150,00	11,60	15,10	15,20	206,00
	471	Молоко сгущенное	50,00	3,60	4,20	15,00	116,00
	502	Какао с молоком и витаминами	200,00	3,90	3,10	11,10	82,00
	576	Батон	90,00	6,93	2,70	44,82	235,80
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			690,00	27,03	25,30	103,32	707,80
Обед	316	Сельдь с луком	100,00	6,50	9,20	3,80	114,00
	122	Суп с рыбными консервами	300,00	7,30	8,80	18,20	149,00
	359	Печень, тушенная в соусе сметанном	100,00	10,30	12,20	11,30	176,00
	377	Пюре картофельное	180,00	4,00	7,00	32,20	193,00
	494	Компот из изюма	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
	Всего за обед			1000,00	37,00	38,40	140,10
Полдник	550	Манник	120,00	6,60	8,00	37,40	232,00
	469	Молоко кипяченое	200,00	7,80	5,00	9,60	108,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за полдник			520,00	15,40	13,20	64,20	408,00
Ужин	43	Салат картофельный с огурцами солеными	100,00	1,60	6,20	12,20	99,00
	329	Бигус	250,00	13,40	12,20	31,90	279,00
	457	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			610,00	19,30	19,20	78,80	544,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	30,00	1,90	2,50	17,30	80,00
Всего за ужин 2			210,00	5,10	6,00	21,50	151,00
Итого за день:				103,83	102,10	407,92	2796,80
ДЕНЬ 8 - СР							
Завтрак	235	Каша пшеничная молочная жидкая	200,00	7,20	8,00	32,80	207,00
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15,00	2,40	5,30	0,00	66,00
	469	Молоко кипяченое	200,00	7,80	6,50	9,60	108,00
	576	Батон	90,00	6,93	3,70	39,80	235,80
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			705,00	25,33	23,70	99,40	684,80
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	250,00	5,60	7,30	12,90	124,00
	372	Котлеты из птицы припущенные	120,00	12,90	13,20	12,30	235,00
	256	Макаронные изделия отварные	180,00	6,40	5,90	47,40	221,00
	459	Чай с лимоном	200,00	0,30	0,10	9,50	40,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за обед			970,00	34,80	33,70	140,20	965,00
Полдник	535	Пирожки печеные с капустой	110,00	10,10	10,70	31,30	243,00
	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			495,00	13,60	13,90	63,00	414,00
Ужин	32	Салат из свёклы с сыром	100,00	2,12	7,32	8,19	109,40
	31	Печень, тушенная с овощами	250,00	12,80	11,80	25,50	255,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200,00	0,00	0,00	19,40	75,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			610,00	19,02	19,82	78,49	567,40

Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	576	Булочка	60,00	2,20	2,60	16,80	106,00
Всего за ужин 2		Всего за ужин 2	240,00	5,40	6,10	21,00	177,00
Итого за день:		Итого за день:		98,15	97,22	402,09	2808,20
ДЕНЬ 9 - ЧТ							
Завтрак	275	Омлет с сыром	150,00	11,00	12,60	2,80	195,00
	157	Овощи консервированные отварные (горошек)	50,00	1,50	0,10	3,20	30,00
	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	70,00	5,30	3,30	34,80	183,00
	501	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	17,20	68,00
Всего за завтрак			715,00	24,30	23,10	100,00	680,00
Обед	2	Салат витаминный	100,00	1,20	5,10	6,00	73,00
	129	Суп с макаронными изделиями и картофелем с курой	300,00	5,80	8,10	20,40	153,00
	310	Шницель рыбный натуральный	120,00	12,60	13,50	8,40	178,00
	172	Картофель, тушеный с луком	180,00	5,10	6,70	33,70	206,00
	495	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,30	0,10	20,10	84,00
	573	Хлеб пшеничный формовой	60,00	4,50	0,40	29,10	142,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за обед			1020,00	33,60	34,60	143,10	964,00
Полдник	286	Сырники из творога запеченные	130,00	10,50	10,20	28,20	249,00
	471	Молоко гущенное	30,00	2,10	2,50	17,80	96,00
	460	Чай с молоком	200,00	1,60	1,30	11,50	64,00
Всего за полдник			360,00	14,20	14,00	57,50	409,00
Ужин	15	Салат из свежих огурцов с луком	100,00	0,70	6,00	2,70	68,00
	376	Рагу из птицы	250,00	14,80	12,10	39,90	295,00
	484	Кисель	200,00	0,00	0,00	15,00	60,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	4,10	0,70	25,40	128,00
Всего за ужин			610,00	19,60	18,80	83,00	551,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток	180,00	3,20	3,50	4,20	71,00
	582	Кондитерские изделия	30,00	1,90	2,50	17,30	80,00
Всего за ужин 2			210,00	5,10	6,00	21,50	151,00
Итого за день:				96,80	96,50	405,10	2755,00
ДЕНЬ 10 - ПТ							
Завтрак	236	Каша рисовая молочная	200,00	10,00	6,30	26,20	183,00
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15,00	2,40	3,30	0,00	32,00
	79	Масло сливочное (порциями)	20,00	0,10	9,50	0,20	92,00
	465	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,80	2,50	13,60	88,00
	576	Батон	90,00	6,93	2,70	44,82	235,80
	82	Фрукты свежие	185,00	0,70	0,70	18,10	83,00
Всего за завтрак			710,00	22,93	25,00	102,92	713,80
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:				27,53	29,80	136,92	887,80
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:				789,90	790,82	3286,87	22684,20
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:				98,74	98,85	410,86	2835,53

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.