

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ 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

Приложение № 2

к приказу от 30.10.2025 г. № 288



МЕНЮ

**приготавливаемых блюд (двухнедельное)
для организации питания обучающихся
ГБОУ СО «Колчеданская школа-интернат»
возрастная категория: 12 лет и старше
(осенний, зимний и весенний сезон)**

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 12 лет и старше

	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
НЕДЕЛЯ 1							
ДЕНЬ 1 - ПН							
Обед	54	Салат из капусты белокочанной с овощами	100	1,10	7,10	3,10	81,00
	264	Борщ с капустой и картофелем	250	5,20	6,20	11,60	126,00
	569	Бефстроганов	90	9,90	8,90	3,70	138,00
	720	Гречка отварная рассыпчатая	180	7,40	3,10	32,70	188,00
	883	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,00	37,00
	573	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	141,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,60	21,20	105,00
Всего за обед			930	31,60	26,40	110,80	816,00
	549	Кекс "Детский"	100	5,80	18,00	49,30	386,00
	82	Фрукты свежие (яблоко)	50	0,20	0,20	4,90	24,00
	931	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,80	0,00	16,50	66,00
Всего за полдник			350	6,80	18,20	70,70	476,00
Ужин	112	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,40	6,10	6,70	89,00
	513	Рыба (филе) в тесте запеченная	100	12,40	5,00	13,20	148,00
	741	Картофель тушеный (с томатом)	180	3,30	4,00	22,30	148,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
	573	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,30	19,70	94,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,70	0,50	17,00	84,00
Всего за ужин			660	22,80	15,90	98,30	638,00
Ужин 2	469	Молоко кипяченое	200	5,80	5,30	9,10	107,00
	580	Вафли	15	0,60	4,60	9,30	81,00
Всего за ужин 2			215	6,40	9,90	18,40	188,00
Итого за день:				67,60	70,40	298,20	2118,00
ДЕНЬ 2 - ВТ							
Завтрак	75	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,40	4,40	0,00	54,00
	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	7,20	0,10	66,00
	423	Каша рисовая	250	7,10	7,00	49,70	292,00
	875	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,40	2,40	17,60	106,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	576	Батон	50	3,80	1,10	25,70	131,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			755	20,70	22,70	126,00	804,00
Обед	73	Салат из моркови по-корейски	100	1,20	7,10	7,30	94,00
	344	Щи	250	5,20	8,30	7,70	131,00
	516	Рыба запеченная	100	15,50	4,30	3,80	128,00
	737	Пюре картофельное	180	3,60	3,70	23,40	142,00
	933	Компот из плодов сухих	200	0,60	0,10	19,60	82,00
	573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,00	0,70	25,40	126,00
Всего за обед			940	33,90	24,60	111,80	821,00
Полдник	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	7,20	0,10	66,00
	268	Омлет натуральный	80	6,80	9,80	1,70	124,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
	576	Батон	60	4,50	1,30	30,80	157,00
Всего за полдник			350	11,30	18,30	52,00	422,00
Ужин	145	Салат "Мозаика"	100	2,70	7,20	9,20	114,00
	389	Капуста тушеная с мясом	250	11,20	11,70	15,80	220,00
	880	Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,00	9,20	38,00
	573	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	71,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за ужин			610	18,20	19,50	61,70	506,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток Йогурт	200	6,20	5,00	25,60	172,00
	582	Печенье	20	1,50	1,90	14,90	83,00
Всего за ужин 2			220	7,70	6,90	40,50	255,00
Итого за день:				91,80	92,00	392,00	2808,00

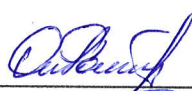
	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ДЕНЬ 3 - СР							
Завтрак	995	Вареники ленивые с творогом	150	16,40	16,90	26,00	296,00
	471	Молоко сгущенное	50	3,60	4,30	27,80	164,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	882	Чай с молоком и сахаром	200	1,10	0,90	10,80	57,00
	576	Батон	30	2,20	0,60	15,40	78,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			660	26,30	23,30	112,90	750,00
Обед	29	Винегрет	100	1,50	8,20	8,30	114,00
	336	Уха ростовская (горбуша)	250	5,80	6,60	12,70	142,00
	596	Биточки из свинины	100	11,40	9,60	8,30	170,00
	461	Макароны отварные с овощами	180	5,50	5,40	32,50	202,00
	885	Чай фруктовый	200	0,00	0,00	10,00	41,00
	573	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,30	19,70	94,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,00	0,70	25,40	126,00
Всего за обед			930	31,20	30,80	116,90	889,00
Полдник	550	Манник	150	8,10	8,80	45,00	295,00
	469	Молоко кипяченое	200	5,80	5,30	9,10	107,00
Всего за подник			350	13,90	14,10	54,10	402,00
Ужин	65	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,80	5,10	6,90	80,00
	686	Птица, тушеная в сметанном соусе	100	9,50	11,50	3,40	140,00
	759	Рис с овощами	180	2,80	4,00	36,90	179,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
	573	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	71,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за ужин			640	18,40	21,20	94,10	608,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток Кефир (с сахаром)	200	5,80	5,00	13,00	126,00
	580	Вафли	15	0,60	4,60	9,30	81,00
Всего за ужин 2			215	6,40	9,60	22,30	207,00
Итого за день:		Итого за день:		96,20	99,00	400,30	2856,00
ДЕНЬ 4 - ЧТ							
Завтрак	75	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,40	4,40	0,00	54,00
	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	7,20	0,10	66,00
	317	Суп молочный с вермишелью	250	8,30	8,70	31,00	239,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	872	Какао на молоке	200	3,60	2,70	13,80	96,00
	576	Батон	40	3,00	0,80	20,60	105,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			745	21,30	24,40	98,40	715,00
Обед	179	Сельдь с салатом картофельным	100	4,20	5,70	10,60	119,00
	288	Суп гороховый	250	6,90	6,80	21,20	151,00
	716	Шницель рубленый куриный	120	11,10	11,20	12,30	176,00
	733	Капуста тушеная	180	3,60	6,50	11,40	122,00
	932	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,30	0,10	17,40	73,00
	573	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,30	19,70	94,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,00	0,70	25,40	126,00
Всего за обед			950	33,10	31,30	118,00	861,00
Полдник	503	Пудинг из творога запеченный	120	13,10	10,70	16,30	232,00
	86	Джем (порциями)	30	0,00	0,00	15,60	62,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
Всего за полдник			350	13,10	10,70	51,30	369,00
Ужин	80	Салат из моркови с сахаром	100	1,20	7,10	9,30	107,00
	356	Запеканка картофельная с печенью	250	13,70	11,80	41,30	325,00
	766	Соус томатный	50	0,30	1,10	2,30	22,00
	883	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,00	37,00
	573	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	71,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за ужин			660	19,50	20,60	89,40	625,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток Снежок	200	5,40	5,00	21,60	158,00
	582	Печенье	20	1,50	1,90	14,90	83,00
Всего за ужин 2			220	6,90	6,90	36,50	241,00
Итого за день:		Итого за день:		93,90	93,90	393,60	2811,00

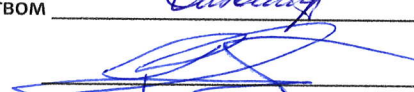
	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ДЕНЬ 5 - ПТ							
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,40	4,40	0,00	54,60
	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,20	0,10	66,00
	276	Омлет с отварным картофелем	200	12,60	16,70	15,50	267,00
	82	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	882	Чай с молоком и сахаром	200	1,10	0,90	10,80	57,00
	576	Батон	50	3,80	1,10	25,70	131,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак		Всего за завтрак	605	23,38	31,10	74,60	685,60
Завтрак 2	1511	Пицца с томатами	70	5,30	4,60	19,70	143,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Всего за завтрак 2			270	6,30	4,80	39,90	235,00
Итого за день:				29,68	35,90	114,50	920,60
НЕДЕЛЯ 2							
ДЕНЬ 6 - ПН							
Обед	134	Салат-коктейль из овощей	100	1,30	7,20	6,10	123,00
	268	Рассольник домашний	250	5,40	5,60	14,10	126,00
	509	Плов мясной	250	17,90	19,70	42,50	425,00
	880	Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,00	9,20	38,00
	573	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,60	21,20	105,00
Всего за обед			900	31,80	33,50	117,70	935,00
Полдник	548	Кекс "Столичный"	100	6,60	12,40	54,50	399,00
	82	Фрукты свежие (яблоко)	50	0,20	0,20	4,90	24,00
	931	Компот из плодов сухих (курага)	200	0,80	0,00	16,50	66,00
Всего за полдник		Всего за полдник	350	7,60	12,60	75,90	489,00
Ужин	65	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,80	5,10	6,90	80,00
	524	Рыба, запеченная с томатами	100	10,90	7,50	1,10	110,00
	741	Картофель тушеный (со сметаной)	180	3,20	5,40	23,30	166,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
	573	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,30	19,70	94,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,70	0,50	17,00	84,00
Всего за ужин			660	21,60	18,80	87,40	609,00
Ужин 2	469	Молоко кипяченое	200	5,80	5,30	9,10	107,00
	580	Вафли	15	0,60	4,60	9,30	81,00
Всего за ужин 2			215	6,40	9,90	18,40	188,00
Итого за день:				67,40	74,80	299,40	2221,00
ДЕНЬ 7 - ВТ							
Завтрак	75	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,40	4,40	0,00	54,00
	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	7,20	0,10	66,00
	426	Каша пшенная	250	6,70	7,00	32,60	222,00
	875	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,40	2,40	17,60	106,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	576	Батон	40	3,00	0,80	20,60	105,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			745	19,50	22,40	103,80	708,00
Обед	107	Салат из сборных овощей	100	1,60	6,10	6,40	116,00
	335	Уха по-царски (минтай, горбуша)	250	8,00	8,00	10,40	140,00
	588	Поджарка из свинины	100	13,80	13,20	5,50	194,00
	737	Пюре картофельное	180	3,60	3,70	30,40	142,00
	933	Компот из плодов сухих	200	0,60	0,10	19,60	82,00
	573	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	141,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,00	0,70	25,40	126,00
Всего за обед			950	36,20	32,30	127,20	941,00
Полдник	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	7,20	0,10	66,00
	268	Омлет натуральный	80	6,80	7,80	1,70	124,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
	576	Батон	60	4,50	1,30	30,80	157,00
Всего за полдник			350	11,30	16,30	52,00	422,00
Ужин	86	Салат из овощей с кукурузой	100	1,50	7,20	10,80	110,00
	600	Голубцы ленивые	250	12,00	12,60	23,00	269,00
	883	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,00	37,00
	573	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	71,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за ужин			610	17,80	20,40	70,30	550,00

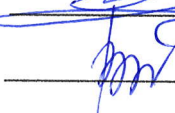
	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток Йогурт	200	6,20	5,00	25,60	172,00
	582	Печенье	20	1,50	1,90	14,90	83,00
Всего за ужин 2			220	7,70	6,90	40,50	255,00
Итого за день:				92,50	98,30	393,80	2876,00
ДЕНЬ 8 - СР							
Завтрак	501	Запеканка из творога	150	16,40	14,50	24,80	322,00
	471	Молоко сгущенное	50	3,60	4,30	27,80	164,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	882	Чай с молоком и сахаром	200	1,10	0,90	10,80	57,00
	576	Батон	30	2,20	0,60	15,40	78,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			660	26,30	20,90	111,70	776,00
Обед	30	Винегрет с сельдью	100	4,30	9,70	6,20	135,00
	272	Солянка домашняя	250	5,40	8,50	6,30	130,00
	688	Птица, тушеная в соусе с овощами	120	10,70	12,20	5,50	159,00
	719	Изделия макаронные отварные	180	5,20	3,00	38,50	206,00
	883	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,00	37,00
	573	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	141,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,00	0,70	25,40	126,00
Всего за обед			970	34,20	34,60	120,40	934,00
Полдник	527	Шарлотка с яблоками	150	5,20	7,80	42,30	267,00
	469	Молоко кипяченое	200	5,80	5,30	9,10	107,00
Всего за полдник			350	11,00	13,10	51,40	374,00
Ужин	80	Салат из моркови с сахаром	100	1,20	7,10	9,30	107,00
	31 ТТК	Печень, тушеная с овощами	250	12,30	10,70	23,60	252,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
	573	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	71,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за ужин			610	17,80	18,40	79,80	568,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток Кефир (с сахаром)	200	5,80	5,00	13,00	126,00
	580	Вафли	15	0,60	4,60	9,30	81,00
Всего за ужин 2			215	6,40	9,60	22,30	207,00
Итого за день:				95,70	96,60	385,60	2859,00
ДЕНЬ 9 - ЧТ							
Завтрак	75	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,40	4,40	0,00	54,00
	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	7,20	0,10	66,00
	412	Каша кукурузная	250	7,30	7,10	44,60	274,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	872	Какао на молоке	200	3,60	2,70	13,80	96,00
	576	Батон	30	2,20	0,60	15,40	78,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			735	19,50	22,60	106,80	723,00
Обед	65	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,80	5,10	6,90	80,00
	343	Суп-лапша домашняя	250	5,80	6,10	15,00	133,00
	638	Шницель свиной	100	12,80	11,40	7,20	189,00
	727	Картофель, запеченный по-домашнему	180	3,30	5,40	26,00	167,00
	932	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,30	0,10	17,40	73,00
	573	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,30	19,70	94,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,00	0,70	25,40	126,00
Всего за обед			930	31,00	29,10	117,60	862,00
Полдник	508	Сырники из творога	120	15,00	12,10	29,00	280,00
	86	Джем (порциями)	30	0,00	0,00	15,60	62,00
	507	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	19,40	75,00
Всего за полдник			350	15,00	12,10	64,00	417,00
Ужин	97	Салат из отварной свеклы с чесноком	100	1,50	7,10	8,50	103,00
	690	Рагу из мяса птицы (курица)	250	14,70	13,90	26,40	270,00
	885	Чай фруктовый	200	0,00	0,00	10,00	41,00
	573	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	71,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за ужин			610	20,50	21,60	72,40	548,00
Ужин 2	470	Кисломолочный напиток Снежок	200	5,40	5,00	21,60	158,00
	582	Печенье	20	1,50	1,90	14,90	83,00
Всего за ужин 2			220	6,90	6,90	36,50	241,00
Итого за день:				92,90	92,30	397,30	2791,00

	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ДЕНЬ 10 - ПТ							
	75	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60
	79	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,20	0,10	66,00
	269	Омлет с зеленым горошком	200	12,90	18,30	6,70	252,00
	82	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	882	Чай с молоком и сахаром	200	1,10	0,90	10,80	57,00
	576	Батон	50	3,80	1,10	25,70	131,00
	575	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	0,40	12,70	63,00
Всего за завтрак			605	23,76	32,73	65,80	670,60
Завтрак 2	537	Пицца школьная	70	5,70	5,00	19,70	149,00
	501	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Всего за завтрак 2			270	6,70	5,20	39,90	241,00
Итого за день:				30,46	37,93	105,70	911,60
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:				758,14	791,13	3180,40	23172,20
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:				94,77	98,89	397,55	2896,53

Примечание: среднее значение за период из расчета по количеству приёмов пищи фактических составляет 8 полных дней

Заведующий производством  Романова О.В.

Специалист по питанию  Рычков В.В.

Медицинская сестра  Киселева В.В.