

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Казимировская школа имени Героя Советского Союза М.А. Егорова»



Утверждено
Директор школы
С.М. Антоненкова
Приказ № 100 от 2024.10.14

Примерное 10-ти дневное меню горячего двухразового школьного питания
обучающихся с ОВЗ
возрастная категория 7 – 11/12 – 18 лет
2024/2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящее примерное десятидневное меню разработано на основе разработанного и утвержденного Департаментом Смоленской области по образованию и науке основного (примерного) 10-дневного меню для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Смоленской области от 2021 года.

В примерном меню учтено рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи.

День 2

Технико-технологическая карта №102774	Каша «Дружба»	250	2,83	5,98	41,67	262,84	123,11	0	47,1	0,54	0	1,24	0	0
17 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2007 г	Бутерброд с маслом и сыром	50	3,48	8,32	17,2	157,6	80,0	0	0	0,5	0	0	0	0
375 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г	Чай с молоком	200	3,74	4,19	22,11	140,0	158,95	0	20,4	0,54	0	1,74	0	0
	Итого завтрак	500				560,44								
187 сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И.Пересичный-К.: А.С.К., 2005	Щи	250	3,23	3,35	16,0	209,11	44	90	11	0,9	0,03	11	0	0
31 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г.	Салат из свеклы с сыром	60	1	6,07	5,69	79,2	2,23	0	19,3	0	0,02	4,8	0	0
278 Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.	Тефтели	90	10,5	6	57	106	8,2	6,42	0,96	0,28	0	0,2	0	0
171 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,56	5,85	38,67	240	25,52	0	135,9	4,63	0	0	0	0
951 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,2005г	Кофе на молоке	200	0	2,7	25,9	89,25	145	50	4	0,1	0,04	1,3	0	0
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,2	0,4	13,1	65	9,57	4,50	15,51	1,29	0,06	0,00	0,00	0,46
	Итого	783				788,56								

№ рецептуры сборника технологических нормативов, год издания	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe	В 1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
День 7														
Технико-технологическая карта №102774	Каша геркулесовая	250	2,83	5,98	41,67	262,84	123,11	0	47,1	0,54	0	1,24	0	0
17 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2007 г	Бутерброд с маслом и сыром	50	3,48	8,32	17,2	157,6	80,0	0	0	0,5	0	0	0	0
951 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,2005г	Кофе на молоке	200	0	2,7	25,9	89,25	145	50	4	0,1	0,04	1,3	0	0
	Итого завтрак	500				509,69								
98 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.	Суп крестьянский	255	2,05	3,99	17,09	106	28,91	0	21,14	0,67	0	10,02	0	0
1 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений.	Салат витаминный	60	0,85	6	38,16	68	234	120	9	0,62	0,11	10	0	0
436 Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004, с. 345	Жаркое по-домашнему	250	28,68	7,78	22,87	305,89	2	210,6	68,43	4,2	0,22	9,35	25	0
349 Сборник п/ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,33	1,15	28,9	80,0	2,25	1,55	0	0	0,03	0,3	0	0
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,2	0,4	13,1	65	9,57	4,50	15,51	1,29	0,06	0,00	0,00	0,46
	ИТОГО	798				624,89								

№ рецептуры сборника	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход, г	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая	Минеральные вещества (мг)	Витамины (мг)
----------------------	--	-------------	-------------------------	---------------------	------------------------------	---------------

