

Администрация  
города Камышина

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

«КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

403874 Волгоградская область город Камышин, улица Терешковой дом 23, телефон 2-31-91

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУПОП «Комбинат  
социального питания»  
Ч.И.САДЫХОВ  
2021г.

СОГЛАСОВАНО :

Директор МБОУ СШ№1 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№4 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№5 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№6 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№7 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№8 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№9 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№10 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№11 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№12 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№14 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№15 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№16 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№17 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№18 \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ№19 \_\_\_\_\_

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для учащихся общеобразовательных школ с ОВЗ  
по 45 руб. /с 7-11 лет и с 12 лет и старше/  
октябрь-декабрь 2021год.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП «Комбинат  
социального питания»

Ч.И.САДЫХОВ

2021г.

горячее питание для детей с ОВЗ  
октябрь - декабрь 2021г.

7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	пищевые вещества			энерг.це нность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	<b>/45 руб./</b>	<b>7-11 лет</b>												
	<b>1 - й день</b>													
120/96	Щи из свежей капусты с картофелем и тушенкой	25/230гр	12,65	5,25	12,25	194	0,075	20	1250	0,3	56,25	1,46	28,8	1
182/2000	Булочка Хлебная	50 гр	1,375	3,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
642-96	Какао с молоком	200гр.	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		19,825	14,425	59,85	503,1	0,19	20,53	1459,5	2,3	96,95	3,05	54,65	2,25
	<b>2 - й день</b>													
139/96	Суп вермишелевый с картофелем и тушенкой	25/230гр.	13,25	12,5	22	219,25	0,125	10	1250	1	24	1,789	30,3	1,25
182/2000	Булочка Хлебная	50гр.	1,375	3,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
сб./96	Сок яблочный	200гр.	0,6	0	23	92	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		15,225	15,875	58,2	414,75	0,24	10,53	1459,5	3	64,7	3,379	56,15	2,5
	<b>3 - й день</b>													
сб./96	Суп сырный с тушенкой	11/230гр	8,65	10,83	17,23	192,64	0,133	10,6	1060	1,06	27,3	3,57	34,7	1,855
64-96г.	Квашеная капуста с маслом растительным	100гр.	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182-2000	Булочка Хлебная	50г.	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307,035	0	0	1,312
585/96	Компот из свежих яблок	200гр.	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		11,465	14,295	64,41	429,34	0,376	13,2	1261	1,08	367,535	4,23	65,6	4,162
	<b>4 - й день</b>													
136/96	Суп пшеничный с картофелем и тушенкой	10/230гр.	3,15	2,75	23,5	126,5	0,15	15	500	0,225	27,75	2,289	37	1,5
701-96г.	Котлета запеченная в тесте	45/50гр.	10,8	2,3	15,8	257	0,06	0,398	0	0	124,81	0	0	0,696
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6





135/96	Суп с фрикадельками	18/230гр.	24,64	3,15	13	15	184	0,125	9,75	1000	0,5	22,5	67,4	34	3,25
ттк96г.	Свекла со сметанным соусом и зеленым горошком	70гр.	8,04	4,64	5,906	0	72	0,013	0,146	52	0	176	100	7,06	0,2
182/2000	Булочка Хлебная	50 гр	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
642-96	Какао с молоком	200гр.	9,25	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		<b>45</b>	<b>14,965</b>	<b>28,081</b>	<b>62,6</b>	<b>565,1</b>	<b>0,253</b>	<b>10,43</b>	<b>1261,5</b>	<b>2,5</b>	<b>239,2</b>	<b>168,99</b>	<b>66,96</b>	<b>4,7</b>
	<b>10 - й день</b>														
136/96	Суп пшеничный с картофелем и тушенкой	20/230гр	23,92	2,1	5	8,25	197,5	0,05	3,25	1250	0,5	15,5	0,623	9,25	0,5
701-96г.	Сосиска запеченная в тесте	100гр.	17,86	10,8	12,3	15,8	257	0,06	0,398	0	0	124,81	0	0	0,696
762-97	Чай с лимоном и сахаром	200гр.	3,22	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,74	1,83	20	0,14
	<b>Итого</b>		<b>45</b>	<b>16,02</b>	<b>19,96</b>	<b>38,23</b>	<b>547,84</b>	<b>0,1497</b>	<b>4,948</b>	<b>1250</b>	<b>0,5</b>	<b>266,05</b>	<b>2,453</b>	<b>29,25</b>	<b>1,336</b>

Меню разработано на основании Сборника рецептов, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептов мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

**Итого за 10 дней**

<b>152,51</b>	<b>157,98</b>	<b>599,87</b>	<b>4638,73</b>
<b>15,2</b>	<b>15,8</b>	<b>60</b>	<b>463,8</b>

**Среднее значение за день**

**по норме СанПиНа с 7-11 лет  
2.3/2.4.3590-20**

<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углевод</b>	<b>к/кал.</b>
<b>12-16г.</b>	<b>12-16г.</b>	<b>48-60г.</b>	<b>400-550</b>

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП «Комбинат  
социального питания»

Ч.И.САДЫХОВ

2021г.

горячее питание для детей с ОВЗ

октябрь - декабрь 2021г.

5-11 классы

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	пищевые вещества			энерг.це нность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	<b>/45 руб./</b>	<b>с 12 лет и старше</b>												
	<b>1 - й день</b>													
120/96	Щи из свежей капусты с картофелем и тушенкой	20/250гр	12,75	5,65	12,65	194	0,075	20	1250	0,3	56,25	1,46	28,8	1
182/2000	Булочка Хлебная	50 гр	1,375	3,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
642-96	Какао с молоком	200гр.	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		19,925	14,825	60,25	503,1	0,19	20,53	1459,5	2,3	96,95	3,05	54,65	2,25
	<b>2- й день</b>													
139/96	Суп вермишелевый с картофелем и тушенкой	20/250гр.	13,25	12,93	22,78	249,25	0,125	10	1250	1	24	1,789	30,3	1,25
182/2000	Булочка Хлебная	50 гр	1,375	3,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
сб./96	Сок яблочный	200гр.	0,6	0	23	92	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		15,225	16,305	58,98	444,75	0,24	10,53	1459,5	3	64,7	3,379	56,15	2,5
	<b>3 - й день</b>													
сб./96	Суп сырный с тушенкой	8/250гр	8,745	11,93	17,83	232,64	0,133	10,6	1060	1,06	27,3	3,57	34,7	1,855
64-96г.	Квашеная капуста с маслом растительным	100гр.	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182-2000	Булочка Хлебная	50г.	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307,035	0	0	1,312
585/96	Компот из свежих яблок	200гр.	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		11,56	15,395	65,01	469,34	0,376	13,2	1261	1,08	367,535	4,23	65,6	4,162
	<b>4 - й день</b>													
136/96	Суп пшеничный с картофелем и тушенкой	7/250гр.	3,25	3,05	23,75	176,5	0,15	15	500	0,225	27,75	2,289	37	1,5
701-96г.	Котлета запеченная в тесте	45/50гр.	10,8	2,3	15,8	257	0,06	0,398	0	0	124,81	0	0	0,696



135/96	Суп с фрикадельками	14/250гр.	<b>24,64</b>	3,25	13,45	26,83	234,2	0,125	9,75	1000	0,5	22,5	67,4	34	3,25
ттк96г.	Свекла со сметанным соусом и зеленым горошком	70гр.	<b>8,04</b>	4,64	5,906	0	72	0,013	0,146	52	0	176	100	7,06	0,2
182/2000	Булочка Хлебная	50 гр	<b>3,07</b>	1,375	3,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
642-96	Какао с молоком	200гр.	<b>9,25</b>	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	<b>Итого</b>		<b>45</b>	15,065	28,531	74,43	615,3	0,253	10,43	1261,5	2,5	239,2	168,99	66,96	4,7
	<b>10 - й день</b>														
136/96	Суп пшеничный с картофелем и тушенкой	15/250гр	<b>23,92</b>	2,25	5,6	9,95	197,5	0,05	3,25	1250	0,5	15,5	0,623	9,25	0,5
701-96г.	Сосиска запеченная в тесте	100гр.	<b>17,86</b>	10,8	12,3	15,8	257	0,06	0,398	0	0	124,81	0	0	0,696
762-97	Чай с лимоном	200гр.	<b>3,22</b>	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,74	1,83	20	0,14
	<b>Итого</b>		<b>45</b>	16,17	20,56	39,93	547,84	0,1497	4,948	1250	0,5	266,05	2,453	29,25	1,336

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

**Итого за 10 дней**

<b>157,86</b>	<b>163,19</b>	<b>621,07</b>	<b>4909,4</b>
---------------	---------------	---------------	---------------

**Среднее значение за день**

<b>15,7</b>	<b>16,3</b>	<b>62,1</b>	<b>490,9</b>
-------------	-------------	-------------	--------------

**по норме СанПиНа с 12 лет и старше**

<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углевод</b>	<b>к/кал.</b>
<b>15-20</b>	<b>15-20</b>	<b>60-80</b>	<b>450-600</b>

**2.3/2.4.3590-20**