

Согласовано  
Директор БОУ СОШ № 34

Утверждаю:  
Ип Журбенко И.А



**Циклическое МЕНЮ для детей с ОВЗ  
завтраки 1-4 кл. на 2023 г.**

	Блюдо	Цена	Номер по сборнику рецептур****	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>1</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов в		54-1з-2020	30	7,89	7,98		105
2	Каша жидкая молочная рисовая		54-25.1к	200	5,481	6,121	29,346	193,472
3	Чай с лимоном и сахаром		54-3гн-20	200	0,263	0,058	7,265	30,078
4	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	150 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
5	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>620</b>	<b>17,274</b>	<b>15,079</b>	<b>70,991</b>	<b>493,05</b>
<b>2</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Помидор свежий порционный*		25/635/199	60	0,66	0,12	2,28	14,4
2	Макароны отварные		54-1г-2020	150	5,664	5,593	36,043	217,328
3	Котлета из говядины		54-4м-2022	90	17,478	17,822	16,294	295,688
4	Чай с клюквой и сахаром***		54-10гн-20	200	0,26	0,075	7,499	31,058
5	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>530</b>	<b>26,342</b>	<b>23,85</b>	<b>76,876</b>	<b>628,974</b>
<b>3</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка из творога		54-1т-2020	150	25,762	18,926	27,235	379,607
2	Молоко сгущенное		Товар пром	20	1,44	1,7	11,1	65,6
3	Чай с сахаром		54-2гн-20	200	0,2	0,051	7,055	27,698
4	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Фрукт свежий: Апельсин**		товар пром	150	1,35	0,3	12,15	64,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>550</b>	<b>31,032</b>	<b>21,217</b>	<b>72,3</b>	<b>607,905</b>
<b>4</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Картофельное пюре		54-11г2020	150	3,284	6,037	21,893	155,467
2	Котлета из курицы		54-5м-2020	90	17,307	4,186	13,192	160,422
3	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	100 ( 1 шт)	0,4	0,4	9,8	47
4	Чай с лимоном и сахаром		54-3гн-20	200	0,263	0,058	7,265	30,078
6	Хлеб пшеничный		Товар пром	60	4,56	0,48	29,52	141
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>700</b>	<b>26,214</b>	<b>11,561</b>	<b>91,47</b>	<b>580,967</b>
<b>5</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Помидор свежий порционный*		25/635/199	60	0,66	0,12	2,28	14,4
2	Плов с курицей (филе )		828/3/1998	200	27,034	8,823	32,517	317,032
3	Чай со смородиной и		54-6гн-20	200 ( 12/7)	0,32	0,099	7,931	32,978
4	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
5	Йогурт в инд. упаковке		Товар пром	95 ( 1 шт)	2,5	1,2	15,3	85
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>595</b>	<b>33,554</b>	<b>10,562</b>	<b>77,708</b>	<b>543,41</b>
<b>6</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов в		54-1з-2020	30	7,89	7,98		105
2	Каша вязкая молочная овсяная		54-9к-22	200	9,13	12,8	37,674	302,32
3	Чай со смородиной и		54-6гн-20	200 ( 12/7)	0,32	0,099	7,931	32,978
4	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	150 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>610</b>	<b>20,22</b>	<b>21,719</b>	<b>75,065</b>	<b>581,298</b>
<b>7</b>	<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов в		54-1з-2020	30	7,89	7,98		105
2	Омлет натуральный		54-1о-2020	150	13,45	20,433	3,564	252,274
3	Горошек зеленый		товар пром	60	1,86	0,12	3,9	24
4	Какао с молоком		54-21гн-20	200	4,985	4	13,736	110,83
5	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
6	Фрукт свежий: Мандарин**		товар пром	100 ( 1 шт.	0,8	0,2	7,5	38
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>90,00</b>		<b>580</b>	<b>32,025</b>	<b>33,053</b>	<b>48,38</b>	<b>624,104</b>

8							
Завтрак							
1	Запеканка из творога	54-1т-2020	150	25,762	18,926	27,235	379,607
2	Молоко сгущенное	Товар пром	20	1,44	1,7	11,1	65,6
3	Чай с сахаром	54-2гн-20	200	0,2	0,051	7,055	27,698
4	Хлеб пшеничный	Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Фрукт свежий: Яблоко**	Товар пром	150 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>550</b>	<b>30,282</b>	<b>21,517</b>	<b>74,85</b>	<b>613,905</b>
9							
Завтрак							
1	Кукуруза сахарная*	товар пром	60	1,32	0,24	6,72	34,8
2	Макаронны отварные с сыром	54-3г-2020	150	8,881	7,325	31,492	228,366
3	Котлета рыбная любительская ( минтай)	54-14р-22	90	11,643	4,091	6,034	111,067
4	Чай с лимоном и сахаром	54-3гн-20	200	0,263	0,058	7,265	30,078
5	Фрукт свежий: Апельсин**	товар пром	150	1,35	0,3	12,15	64,5
6	Хлеб пшеничный	пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>690</b>	<b>26,497</b>	<b>12,334</b>	<b>83,341</b>	<b>562,811</b>
10							
Завтрак							
1	Каша вязкая молочная овсяная	54-9к-22	200	9,13	12,8	37,674	302,32
2	Фрукт свежий: Яблоко**	Товар пром	150 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
3	Чай с клюквой и сахаром***	54-10гн-20	200	0,26	0,075	7,499	31,058
4	Хлеб пшеничный	Товар пром	60	4,56	0,48	29,52	141
5	Йогурт в инд. упаковке	Товар пром	95 ( 1 шт)	2,5	1,2	15,3	85
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>705</b>	<b>17,05</b>	<b>15,155</b>	<b>104,693</b>	<b>629,878</b>
<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД</b>		<b>#####</b>	<b>6 030</b>	<b>260,09</b>	<b>185,647</b>	<b>765,874</b>	<b>5 819,302</b>
<b>Среднее ЗА ПЕРИОД</b>		<b>90,00</b>	<b>603</b>	<b>26,009</b>	<b>18,565</b>	<b>76,587</b>	<b>581,93</b>
<b>СООТНОШЕНИЕ</b>				<b>1</b>	<b>0,81</b>	<b>3,46</b>	

**Примечание:**

\*Допускается замена свежих порционных овощей (огурец/помидор/перец сладкий болгарский) на консервированные овощи, такие как: огурец/помидор, икра кабачковая, зеленый горошек, сладкая кукуруза либо на салаты из свежих или отварных овощей, икра морковная, икра свекольная, маринад овощной и т. д.

\*\* Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины, бананы, груши. Не допускается выдача резанных фруктов. Допускается увеличение выхода фруктов.

\*\*\* Для приготовления горячих напитков используется свежемороженые ягоды малины, смородины, облепихи, вишни, клюквы, брусники или ягодный микс.

\*\*\*\* Сборник рецептур и ТТК может быть изменен и используется из прилагаемого списка литературы. Все ТТК находятся на пищеблоке.

**Литература**

- 1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания изд. "Дело и сервис" Москва 2002г.  
Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях изд. Дели-плюс 2016г. (разработчики Могильный М.П., Тютельян В.А. и др. )
- 2 Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях изд. Дели-плюс 2017г. (разработчики Могильный М.П., Тютельян В.А. и др. )
- 3 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания изд. "Хлебпродинформ" Москва 1996г.  
СБОРНИК РЕЦЕПТУР блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-х классов общеобразовательных организаций изд. Новосибирск
- 4 Химический состав и калорийность продуктов питания под редакцией Ф.Е. Будягина 1961

Согласовано  
Директор БОУ СОШ № 34

Утверждаю:  
Ип Журбенко И.А



**Цикличное МЕНЮ для детей с ОВЗ  
завтраки 5-11 кл. на 2023 г.**

	Блюдо	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>1</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Сыр п/твердых сортов в нарезке		54-1з-2020	30	7,89	7,98		105
2	Каша жидкая молочная рисовая		54-25.1к	250	5,481	6,121	29,346	193,472
3	Чай с лимоном и сахаром		54-3гн-20	200	0,263	0,058	7,265	30,078
4	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	130 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
5	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>670</b>	<b>17,274</b>	<b>15,079</b>	<b>70,991</b>	<b>493,05</b>
<b>2</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Помидор свежий порционный*		25/635/199	60	0,66	0,12	2,28	14,4
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/2002	180	5,664	5,593	36,043	217,328
3	Котлета из говядины запеченая в сметанном соусе		841/3/1998	125	17,478	17,822	16,294	295,688
4	Чай с клюквой и сахаром***		54-10гн-20	200	0,26	0,075	7,499	31,058
5	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>595</b>	<b>26,342</b>	<b>23,85</b>	<b>76,876</b>	<b>628,974</b>
<b>3</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога		54-1т-2020	150	25,762	18,926	27,235	379,607
2	Молоко сгущенное		Товар пром	20	1,44	1,7	11,1	65,6
3	Чай с сахаром		54-2гн-20	200	0,2	0,051	7,055	27,698
4	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Фрукт свежий: Яблоко**		товар пром	150	1,35	0,3	12,15	64,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>550</b>	<b>31,032</b>	<b>21,217</b>	<b>72,3</b>	<b>607,905</b>
<b>4</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Картофельное пюре		946/2/1998	180	3,284	6,037	21,893	155,467
2	Котлета куриная, запеченная в сметанном соусе.		894/3/1998	125	17,307	4,186	13,192	160,422
3	Фрукт свежий: Мандарин**		Товар пром	100 ( 1 шт)	0,4	0,4	9,8	47
4	Чай с лимоном и сахаром		54-3гн-20	200	0,263	0,058	7,265	30,078
6	Хлеб пшеничный		Товар пром	60	4,56	0,48	29,52	141
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>665</b>	<b>26,214</b>	<b>11,561</b>	<b>91,47</b>	<b>580,967</b>
<b>5</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Помидор свежий порционный*		25/635/199	60	0,66	0,12	2,28	14,4
2	Плов с курицей ( филе )		828/3/1998	250	27,034	8,823	32,517	317,032
3	Чай со смородиной и сахаром***		54-6гн-20	200	0,32	0,099	7,931	32,978
4	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
5	Йогурт в инд. упаковке		Товар пром	95 ( 1 шт)	2,5	1,2	15,3	85
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>640</b>	<b>33,554</b>	<b>10,562</b>	<b>77,708</b>	<b>543,41</b>
<b>6</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Сыр п/твердых сортов в нарезке		54-1з-2020	30	7,89	7,98		105
2	Каша вязкая молочная овсяная		54-9к-22	250	9,13	12,8	37,674	302,32
3	Чай со смородиной и сахаром***		54-6гн-20	200	0,32	0,099	7,931	32,978
4	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	130 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>640</b>	<b>20,22</b>	<b>21,719</b>	<b>75,065</b>	<b>581,298</b>
<b>7</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Сыр п/твердых сортов в нарезке		54-1з-2020	30	7,89	7,98		105
2	Омлет натуральный		54-1о-2020	150	13,45	20,433	3,564	252,274
3	Горошек зеленый консервированный		товар пром	60	1,86	0,12	3,9	24
4	Какао с молоком		54-21гн-20	200	4,985	4	13,736	110,83
5	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
6	Фрукт свежий: Мандарин**		товар пром	100 ( 1 шт.	0,8	0,2	7,5	38
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>580</b>	<b>32,025</b>	<b>33,053</b>	<b>48,38</b>	<b>624,104</b>
<b>8</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога		54-1т-2020	150	25,762	18,926	27,235	379,607
2	Молоко сгущенное		Товар пром	20	1,44	1,7	11,1	65,6

3	Чай с сахаром		54-2гн-20	200	0,2	0,051	7,055	27,698
4	Хлеб пшеничный		Товар пром	30	2,28	0,24	14,76	70,5
5	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	150 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>550</b>	<b>30,282</b>	<b>21,517</b>	<b>74,85</b>	<b>613,905</b>
	<b>9</b>							
	<b>Завтрак</b>							
1	Кукуруза сахарная*		товар пром	60	1,32	0,24	6,72	34,8
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998	180	8,881	7,325	31,492	228,366
3	Котлета рыбная ( минтай) , запеченная в молочном соусе		234/2017	110	11,643	4,091	6,034	111,067
4	Чай с лимоном и сахаром		54-3гн-20	200	0,263	0,058	7,265	30,078
5	Фрукт свежий: Яблоко**		товар пром	150	1,35	0,3	12,15	64,5
6	Хлеб пшеничный		пром.произ	40	3,04	0,32	19,68	94
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>740</b>	<b>26,497</b>	<b>12,334</b>	<b>83,341</b>	<b>562,811</b>
	<b>10</b>							
	<b>Завтрак</b>							
1	Каша вязкая молочная овсяная		54-9к-22	250	9,13	12,8	37,674	302,32
2	Фрукт свежий: Яблоко**		Товар пром	100 ( 1 шт)	0,6	0,6	14,7	70,5
3	Чай с клюквой и сахаром***		54-10гн-20	200	0,26	0,075	7,499	31,058
4	Хлеб пшеничный		Товар пром	60	4,56	0,48	29,52	141
5	Йогурт в инд. упаковке		Товар пром	95 ( 1 шт)	2,5	1,2	15,3	85
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>96,32</b>		<b>705</b>	<b>17,05</b>	<b>15,155</b>	<b>104,693</b>	<b>629,878</b>
	<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД</b>	<b>963,20</b>		<b>6 335</b>	<b>260,09</b>	<b>185,647</b>	<b>765,874</b>	<b>5 819,302</b>
	<b>Среднее ЗА ПЕРИОД</b>	<b>96,32</b>		<b>634</b>	<b>26,009</b>	<b>18,565</b>	<b>76,587</b>	<b>581,93</b>
	<b>СООТНОШЕНИЕ</b>				<b>1</b>	<b>0,81</b>	<b>3,46</b>	

**Примечание:**

\*Допускается замена свежих порционных овощей (огурец/помидор/перец сладкий болгарский) на консервированные овощи, такие как: огурец/помидор, икра кабачковая, зеленый горошек, сладкая кукуруза либо на салаты из свежих или отварных овощей, икра морковная, икра свекольная, маринад овощной и т. д.

\*\* Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины, бананы, груши. Не допускается выдача резанных фруктов. Допускается увеличение выхода фруктов.

\*\*\* Для приготовления горячих напитков используется свежемороженые ягоды малины, смородины, облепихи, вишни, клюквы, брусники или ягодный микс.

\*\*\*\* Сборник рецептур и ТТК может быть изменен и используется из прилагаемого списка литературы. Все ТТК находятся на пищеблоке.

**Литература**

- 1 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания изд. "Дело и сервис" Москва 2002г.  
Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях изд. Дели-плюс 2016г.(разработчики Могильный М.П., Тютельян В.А. и др. )
- 2 Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях изд. Дели-плюс 2017г.(разработчики Могильный М.П., Тютельян В.А.и др. )
- 3 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания изд. "Хлебпродинформ" Москва 1996г.  
СБОРНИК РЕЦЕПТУР блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-х классов общеобразовательных организаций изд. Новосибирск 2020 ( разработчик
- 4 Химический состав и калорийность продуктов питания под редакцией Ф.Е. Будягина 1961