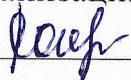


СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзной
организации



Е.В. Конева

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

Орджоникидзевская СОШ

О.Н. Крупа

2025г

« 3 »



**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ
ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
УЧРЕЖДЕНИИ
ОРДЖОНИКИДЗЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, МОТЫГИНСКИЙ РАЙОН, п.
ОРДЖОНИКИДЗЕ, ул. СТРОИТЕЛЕЙ д. 29а)**

п. Орджоникидзе, 2025г.

Дети 7-11 лет (ОВЗ)						
День 1						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
43	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,96	8,36	37,31	252,31
13	Бутерброд с маслом и сыром	80	4,9	7,98	25,3	192,2
ГП	Фрукты(яблоко)	150	2,25	0,75	31,5	144,0
63	Кисломолочный продукт (в ассортименте)	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Обед						
22	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом и со сметаной	265	4,33	7,73	11,86	133,5
61	азу	200	16,31	17,48	20,80	305,85
57	Чай с сахаром	100	0,10	0,00	5,00	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2

Дети 7-11 лет (ОВЗ)						
День 2						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
53	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,26	18,88	146,0
3	Бутерброд с маслом	70	4,9	7,98	25,3	192,2
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
ГП	Кондитерские изделия	40	2,14	2,8	23,34	127,12
Обед						
28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	4,8	8,03	22,66	173,25
34	Плов из птицы	160	15,89	20,27	25,71	348,8
8	Винегрет овощной с растительным маслом	70	1,1	5	6,2	81,0
57	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	5,00	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2

Дети 7-11 лет (ОВЗ)						
День 3						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
26	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,64	7,5	33,94	224,62
13	Бутерброд с маслом и сыром	80	4,9	7,98	25,3	192,2
ГП	Фрукты(яблоко)	150	2,25	0,75	31,5	144,0
57	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	5,0	60,0
Обед						
60	Суп с рыбными консервами	200	6,78	3,06	11,06	110,40
43	Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	8,62	40,4
58	биточки	90	16,02	15,75	12,87	257,4
24	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,28	9,94	46,69	300,94
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
17	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,0	35,0	141,4
ГП	Кондитерские изделия (вафли)	40	2,14	2,8	23,34	127,12

Дети 7-11 лет
День 4

Дети 7-11 лет						
День 4						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
2	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
18	Омлет натуральный	200	16,88	23,6	4,72	296,0
63	Кисломолочный продукт(в ассортименте)	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
ГП	Фрукты(яблоко)	100	0,5	0,5	21,0	96,0
Обед						
10	Свекольник с мясом и со сметаной	265	4,81	6,74	13,48	148,0
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,9
12	тефтели	90	10,69	12,63	10,79	198,9
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,9	22,74	124,8
57	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	5,0	60,0

Дети 7-11 лет (ОВЗ)						
День 5						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
37	Макаронные изделия отварные с сыром	200	5,64	7,5	33,94	224,62
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,20
57	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	5,0	60,0
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,5	0,5	21,0	96,00
Обед						
12	Суп из овощей с мясом	250	6,2	8,89	11,31	108,75
14	Котлеты рубленые из птицы	100	15,13	14,09	8,45	238,00
39	Рис отварной	150	3,6	5,25	38,7	180,0
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2

Дети 7-11 лет (ОВЗ)

Дети 7-11 лет (ОВЗ)						
День 6						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
9	Каша манная молочная жидкая	150	4,4	5,8	32,8	232,11
31	Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	150	22,24	17,73	137,9	400,13
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
57	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	5,00	60,00
Обед						
33	Суп картофельный с мясом	200	6,6	7,09	18,5	123,24
48	Капуста тушеная с рисом с мясом птицы	150	9,21	9,80	8,63	167,25
25	сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	40	2,14	2,80	23,34	127,12

День 7						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
53	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,26	18,88	146,0
3	Бутерброд с маслом	70	4,9	7,98	25,3	192,2
57	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	5,0	60,0
Обед						
28	Суп картофельный с макаронными изделиями	265	5,23	4,46	24,23	157,5
9	Курица отварная с соусом основным	120	43,34	13,32	4,95	206,66
24	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,28	9,94	46,69	300,94
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
57	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	5,00	60,00

Дети 7-11 лет (ОВЗ)				
День 8				
№ ТК	Наименование	Вес	Пищевые вещества	Эн/ц

Дети 7-11 лет (ОВЗ)						
День 8						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
26	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,64	7,5	33,94	224,62
13	Бутерброд с маслом и сыром	80	4,9	7,98	25,3	192,2
57	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	5,0	60,0
ГП	Фрукты(яблоко)	150	2,25	0,75	31,5	144,0
Обед						
22	Борщ из капусты свежей и картофелем с мясом и со сметаной	265	4,33	7,73	11,86	133,5
66	Жаркое по домашнему	200	23,64	21,09	15,09	322,55
1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	60	1,86	0,12	3,90	24,00
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	40	2,14	2,80	23,34	127,12

Дети 7-11 лет						
День 9						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
18	Омлет натуральный	200	16,88	23,6	4,72	296
25	сок	200	0,60	0,0	33,0	136,0
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
Обед						
12	Суп из овощей с мясом	250	6,2	8,89	11,31	108,75
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,62	4,97	5,15	105,00
7	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12
57	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	5,00	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,06	16,04	83,2
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00

[illegible]

