

Утверждаю  
И.о. директора ООО "Школьник"



Т.П. Баранова

Примерное

12-дневное меню для организации питания детей - инвалидов и обучающихся  
с ограниченными возможностями здоровья в МОУ г. Тамбова  
на 2024-2025 учебный год

Согласовано  
Заведующий  
Управлением  
Роспотребнадзора по  
Тамбовской области

26 августа 2024г

26 августа 2024г

День-понеделльник  
Неделя-первая  
Возрастная категория- с 7 и старше

Полдник

№ рецепту ры	Масса порции	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	PP	С
50	20	Выпечка или кондитерские изделия	1,30	1,20	33,40	198,00	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30
585	200	Компот	0,60	0,00	30,80	130,00	3,00	16,00	36,00	0,40	0,00	0,40	0,28	0,80
		Итого	1,30	1,20	33,40	198,00	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30

День - вторник  
Неделя - первая

Возрастная категория - с 7 лет и старше

**Полдник**

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C		
	10 20	Бутерброд с сыром или выпечка	4,00	6,40	10,00	116,00	110,00	11,30	75,00	0,60	0,05	0,04	0,33	0,13		
627	200	Чай с сахаром	0,20	0,10	16,00	61,00	14,00	6,00	8,00	0,90	0,00	0,00	0,40	0,00		
		<b>Итого</b>	<b>4,20</b>	<b>6,50</b>	<b>26,00</b>	<b>177,00</b>	<b>124,00</b>	<b>17,30</b>	<b>83,00</b>	<b>1,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>	<b>0,73</b>	<b>0,13</b>		

День среда  
Неделя - первая  
Возрастная категория - с 7 лет и старше

**Полдник**

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C		
	50	Выпечка или кондитерские изделия	1,30	1,20	33,40	198,00	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30		
	20	Сок или нектар фруктовый	0,49	0,00	30,24	77,00	3,00	0,00	29,16	0,40	0,00	0,04	0,00	6,50		
	180															
		<b>Итого</b>	<b>1,79</b>	<b>1,20</b>	<b>63,64</b>	<b>275,00</b>	<b>3,02</b>	<b>0,00</b>	<b>29,16</b>	<b>0,60</b>	<b>4,20</b>	<b>14,24</b>	<b>0,80</b>	<b>6,80</b>		



День - четверг  
Неделя - первая  
Возрастная категория - с 7 лет и старше

**Полдник**

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины		
							Са	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
	20/20	Бутерброд с колбасой п/к или выпечка	3,30	5,04	1,30	62,00	60,00	8,00	33,00	0,50	0,00	0,06	0,53	3,00	
627	200	Чай с сахаром	0,20	0,10	16,00	61,00	14,00	6,00	8,00	0,90	0,00	0,00	0,40	0,00	
		<b>Итого</b>	<b>3,50</b>	<b>5,14</b>	<b>17,30</b>	<b>123,00</b>	<b>74,00</b>	<b>14,00</b>	<b>41,00</b>	<b>1,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,93</b>	<b>3,00</b>	

День-пятница  
Неделя-первая  
Возрастная категория-с 7 лет и старше

**Полдник**

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины		
							Са	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
	50	Выпечка или кондитерские изделия	1,30	1,20	33,40	198,00	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30	
591	200	Кисель	0,00	0,00	26,80	106,00	12,00	6,00	2,00	0,20			0,02	1,80	
		<b>Итого</b>	<b>1,30</b>	<b>1,20</b>	<b>60,20</b>	<b>304,00</b>	<b>12,02</b>	<b>6,00</b>	<b>2,00</b>	<b>0,40</b>	<b>4,20</b>	<b>14,20</b>	<b>0,82</b>	<b>2,10</b>	

День-суббота  
Неделя-первая  
Возрастная категория-с 7 лет и старше

**Полдник**

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
	20/40	Колбаса в тесте или выпечка	7,1	5,52	20,2	160	12,6	18	60	0,84	0,01	0,07	1,53	0
	50													
627	200	Чай с сахаром и лимоном	0,20	0,10	15,00	61,00	14,00	6,00	8,00	0,90	0,00	0,00	0,40	0,00
		<b>Итого</b>	<b>7,30</b>	<b>5,62</b>	<b>35,20</b>	<b>221,00</b>	<b>26,60</b>	<b>24,00</b>	<b>68,00</b>	<b>1,74</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>	<b>1,93</b>	<b>0,00</b>

День - понедельник  
Неделя-вторая  
Возрастная категория - с 7 лет и старше

**Полдник**

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
	50	Выпечка или кондитерские изделия	1,30	1,20	33,40	198,00	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30
	20													
585	200	Компот	0,60	0,00	30,80	130,00	3,00	16,00	36,00	0,40	0,00	0,40	0,28	0,80
		<b>Итого</b>	<b>1,90</b>	<b>1,20</b>	<b>64,20</b>	<b>328,00</b>	<b>3,02</b>	<b>16,00</b>	<b>36,00</b>	<b>0,60</b>	<b>4,20</b>	<b>14,60</b>	<b>1,08</b>	<b>1,10</b>



День - вторник  
 Неделя - вторая  
 Возрастная категория - с 7 лет и старше

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
	20/40	Колбаса в тесте или выпечка	7,1	5,52	20,2	160	12,6	18	60	0,84	0,01	0,07	1,53	0
627	200	Чай с сахаром	0,20	0,10	15,00	61,00	14,00	6,00	8,00	0,90	0,00	0,00	0,40	0,00
		<b>Итого</b>	<b>7,30</b>	<b>5,62</b>	<b>35,20</b>	<b>221,00</b>	<b>26,60</b>	<b>24,00</b>	<b>68,00</b>	<b>1,74</b>	<b>0,01</b>	<b>0,07</b>	<b>1,93</b>	<b>0,00</b>

День - среда  
 Неделя - вторая  
 Возрастная категория - с 7 лет и старше

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
	50	Выпечка или кондитерские изделия	1,30	1,20	33,40	198,00	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30
585	200	Компот	0,60	0,00	30,80	130,00	3,00	16,00	36,00	0,40	0,00	0,40	0,28	0,80
		<b>Итого</b>	<b>1,90</b>	<b>1,20</b>	<b>64,20</b>	<b>328,00</b>	<b>3,02</b>	<b>16,00</b>	<b>36,00</b>	<b>0,60</b>	<b>4,20</b>	<b>14,60</b>	<b>1,08</b>	<b>1,10</b>

День - четверг  
 Неделя - вторая  
 Возрастная категория - с 7 лет и старше

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С	
	20/20	Бутерброд с колбасой п/к или выпечка	3,30	5,04	1,30	62,00	60,00	8,00	33,00	0,50	0,00	0,06	0,53	3,00	
627	200	Чай с сахаром	0,20	0,10	16,00	61,00	14,00	6,00	8,00	0,90	0,00	0,00	0,40	0,00	
		<b>Итого</b>	<b>3,50</b>	<b>5,14</b>	<b>17,30</b>	<b>123,00</b>	<b>74,00</b>	<b>14,00</b>	<b>41,00</b>	<b>1,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,06</b>	<b>0,93</b>	<b>3,00</b>	

День - пятница  
 Неделя - вторая  
 Возрастная категория - с 7 лет и старше

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины		
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С	
	50	Выпечка или кондитерские изделия	1,30	1,20	33,40	0,02	0,00	0,00	0,20	4,20	14,20	0,80	0,30		
585	200	Компот	0,60	0,00	30,80	3,00	16,00	36,00	0,40	0,00	0,40	0,28	0,80		
		<b>Итого</b>	<b>1,90</b>	<b>1,20</b>	<b>64,20</b>	<b>3,02</b>	<b>16,00</b>	<b>36,00</b>	<b>0,60</b>	<b>4,20</b>	<b>14,60</b>	<b>1,08</b>	<b>1,10</b>		



День - суббота  
 Неделя - вторая  
 Возрастная категория - с 7 лет и старше

№ рецептуры	Масса порции	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)					Витамины				
							Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С		
	10 ± 0	Бутерброд с сыром или выпечка	4,00	6,40	10,00	116,00	110,00	11,30	75,00	0,60	0,05	0,04	0,33	0,13		
6 27	200	Чай с сахаром	0,20	0,10	16,00	61,00	14,00	6,00	8,00	0,90	0,00	0,00	0,40	0,00		
		<b>Итого</b>	<b>4,20</b>	<b>6,50</b>	<b>26,00</b>	<b>177,00</b>	<b>124,00</b>	<b>17,30</b>	<b>83,00</b>	<b>1,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>	<b>0,73</b>	<b>0,13</b>		