

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МП г. Армавира «КШПгТ»

В.Н.Серикова

“ ” 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ГКОУ школы № 22 г. Армавира

С.В.Макаренко

“ 01 ” 2024 г.

М.П.



Перспективное примерное двухнедельное меню

для организации бесплатного питания обучающихся, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидов от 12 лет и старше (завтраки, обеды) в общеобразовательных учреждениях

МО г. Армавир в 2024 -2025 г.г.

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В.Макаренко С.В.Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 1 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическое | № рецепта |
|---|------------|--------------------|-------------|-----------|----------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Икра кабачковая | 60 | 0,7 | 2,8 | 4,6 | 47 | ПР |
| Мясо тушеное | 100(50/50) | 15,2 | 17,8 | 2,5 | 225 | 256/2015 |
| Каша гречневая вязкая со сливочным маслом | 180 | 3,8 | 5 | 24,9 | 160 | 303/2015 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 0,4 | 0,5 | 100 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 30 | 2,2 | 1,3 | 10,3 | 61 | П/П |
| Чай с лимоном | 200/10/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 686/2004 |
| | | 25,7 | 27,3 | 58 | 653 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическое | № рецепта |
|---|-----------|--------------------|-------------|--------------|----------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Нарезка из соленых огурцов | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10 | 70/2015 |
| Суп с рисовой крупой | 250 | 0,5 | 4,7 | 1,5 | 64 | 115/2015 |
| Щицель из мяса говядины 1 кат с соусом томатным | 100/40 | 17 | 25,5 | 16,4 | 365 | 268/2015 |
| Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом | 180 | 3,8 | 5 | 24,9 | 160,5 | 303/2015 |
| Сок натуральный промышленного производства | 200 | 1 | 0 | 13,2 | 92 | 389/2015 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,2 | 0,6 | 30,2 | 120 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 50 | 3,2 | 0,5 | 21 | 102 | П/П |
| | | 30,5 | 36,4 | 108,9 | 913,5 | |

Калькулятор *Т.И.Лепетан* Т.И.Лепетан

Кладовщик *Н.А.Филатова* Н.А.Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
Светлана С.В. Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 3 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая ценность | № рецепта |
|--|--------------|--------------------|------|---------|-------------------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Сыр твердый порциями | 20 | 5,2 | 5,3 | 0 | 68 | 15/2015 |
| Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком | 155 (135/20) | 22,5 | 17 | 43,4 | 284 | 223/2015 |
| Какао с молоком | 200 | 4 | 3,4 | 17,5 | 119 | 382/2015 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,8 | 0,4 | 20,1 | 82 | П/П |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 35,1 | 26,7 | 95,7 | 623,5 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая ценность | № рецепта |
|-----------------------------|-----------|--------------------|------|---------|-------------------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Капуста квашеная | 100 | 1,6 | 0,1 | 5,2 | 26 | ПР |
| Рассольник Ленинградский | 250 | 2 | 5,7 | 11,7 | 107 | 96/2015 |
| Котлеты рубленые из птицы | 100 | 17,4 | 16,6 | 16,2 | 286 | 5 |
| Рагу овощное | 180 | 4,2 | 9,1 | 19,2 | 175 | 4 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,6 | 0,2 | 11 | 65 | 388/2015 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,2 | 0,6 | 30,2 | 120 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 50 | 3,2 | 0,5 | 21 | 102 | П/П |
| Йогурт | 200 | 10 | 3 | 7 | 120 | 386/2015 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,5 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 43,8 | 36,4 | 136 | 1071,5 | |

Калькулятор *Т.И. Лепетан* Т.И. Лепетан

Кладовщик *Н.А. Филатова* Н.А. Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В.Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 4 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическ | № рецеп |
|--|-----------|--------------------|--------------|--------------|--------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводи | | |
| Капуста квашеная | 60 | 0,9 | 0,06 | 3,1 | 16 | ПР |
| Котлета из мяса говядины 1-й категории с соусом томатным | 90/40 | 15,3 | 23 | 14,9 | 330 | 268/2015 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 150 | 5,4 | 5,8 | 30,4 | 195 | 203/2015 |
| Сок натуральный промышленного производства | 200 | 1 | 0 | 26 | 92 | 389/2015 |
| Кондитерское изделие промышленного производства | 35 | 0,1 | 0,1 | 2 | 15 | П/П |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,8 | 0,4 | 20,1 | 82 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,6 | 0,4 | 16,8 | 80 | П/П |
| | | 28,1 | 29,76 | 113,3 | 810 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическ | № рецеп |
|----------------------------|-----------|--------------------|-------------|--------------|---------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводи | | |
| Икра свекольная | 100 | 2,3 | 0,1 | 22,8 | 185 | 75/2015 |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,5 | 5,2 | 16,5 | 148 | 102/2015 |
| Жаркое по-домашнему | 75/125 | 24,3 | 28,3 | 24,7 | 442 | 259/2015 |
| Какао с молоком | 200 | 4 | 3,4 | 17,5 | 119 | 382/201 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 4,9 | 0,7 | 19,6 | 140 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 50 | 3,2 | 0,5 | 21 | 102 | П/П |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 44,8 | 38,8 | 136,8 | 1206,5 | |

Калькулятор *Мелуф* Т.И.Лепетан

Кладовщик *Филатова* Н.А.Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В.Макаренко С.В.Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 5 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетиче | № рецеп |
|--|-----------|--------------------|------|---------|------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Нарезка из соленых огурцов | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 6 | 70//2015 |
| Фрикадельки из кур со сливочным маслом | 100/10 | 14,2 | 19,6 | 8 | 268 | 297/2015 |
| Рагу овощное | 150 | 3,5 | 7,6 | 16 | 146 | 541/2004 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 1,2 | 0 | 38,8 | 132 | 349/2015 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,8 | 0,4 | 20,1 | 82 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 30 | 2,2 | 1,3 | 10,3 | 61 | П/П |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 25 | 29,6 | 108,9 | 765,5 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетиче | № рецеп |
|--|-----------|--------------------|------|---------|------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Капуста квашеная | 100 | 1,6 | 0,1 | 5,2 | 26 | П/П |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,9 | 5,4 | 21,5 | 110 | 82/2015 |
| Рыба тушеная с томатом и овощами | 120/50 | 24,6 | 12,4 | 6,4 | 178 | 229/2015 |
| Картофельное пюре со сливочным маслом | 180 | 3,6 | 5,7 | 24,2 | 164 | 312/2015 |
| Сок натуральный промышленного производства | 200 | 1 | 0 | 13 | 92 | 389/2015 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,2 | 0,6 | 30,2 | 120 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 50 | 3,2 | 0,5 | 21 | 102 | П/П |
| | | 40,1 | 24,7 | 121,5 | 792 | |

Калькулятор *Т.И.Лепетан* Т.И.Лепетан

Кладовщик *Н.А.Филатова* Н.А.Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В. Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 6 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая ценность | № рецепта |
|----------------------------|-----------|--------------------|-------------|-------------|-------------------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Икра кабачковая | 60 | 0,7 | 2,8 | 4,6 | 47 | П/П |
| Омлет с сыром | 130/5 | 16,2 | 26,3 | 2,3 | 312 | 211/2015 |
| Йогурт | 200 | 10 | 3 | 7 | 120 | 386/2015 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3 | 1,2 | 14,7 | 93 | 379/2015 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 0,4 | 0,5 | 100 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,2 | 1,3 | 10,3 | 80 | П/П |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 36,2 | 35,6 | 54,1 | 822,5 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая ценность | № рецепта |
|---|------------|--------------------|-------------|--------------|-------------------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Нарезка из соленых огурцов | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10 | 70/2015 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 4,2 | 2,7 | 17,2 | 118 | 5 |
| Мясо тушеное | 100(50/50) | 15,2 | 17,8 | 2,5 | 225 | 256/2015 |
| Каша гречневая вязкая со сливочным маслом | 180 | 3,8 | 5 | 24,9 | 160 | 5 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,2 | 0,6 | 30,2 | 120 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,6 | 0,4 | 16,8 | 82 | П/П |
| Кисель плодовая годный на натуральной основе витаминизированный | 200 | 0 | 0 | 23 | 92 | П/П |
| | | 30,8 | 26,6 | 116,3 | 807 | |

Калькулятор *Т.И. Лепетан* Т.И. Лепетан

Кладовщик *Н.А. Филатова* Н.А. Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В.Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 7 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетиче | № рецеп |
|---|-------------|--------------------|------|---------|------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Нарезка из соленых огурцов | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 6 | 70//2015 |
| Печень по-строгановски | 100 (50/50) | 13,2 | 11,2 | 3,2 | 185 | 255/2015 |
| Каша рисовая вязкая со сливочным маслом | 150 | 3,2 | 4,2 | 20,8 | 133 | 303/2015 |
| Чай с лимоном | 200/10/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 686/2004 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 0,4 | 0,5 | 100 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,6 | 0,4 | 16,8 | 80 | П/П |
| | | 23,3 | 16,3 | 57,5 | 564 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетиче | № рецеп |
|---------------------------------------|-----------|--------------------|------|---------|------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Капуста квашеная | 100 | 1,6 | 0,1 | 5,2 | 26 | ПР |
| Суп с клецками | 250 | 5,5 | 4,7 | 10 | 115 | 118/2015 |
| Биточки рыбные | 100 | 7,5 | 7 | 12 | 145 | 234/2015 |
| Картофельное пюре со сливочным маслом | 180 | 3,6 | 5,7 | 24,2 | 164 | 312/2015 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3 | 1,2 | 14,7 | 93 | 686/2004 |
| Сыр голландский порциями | 20 | 5,2 | 5,3 | 0 | 68 | 15/2015 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 0,5 | 25,1 | 100 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,6 | 0,4 | 16,8 | 82 | П/П |
| Йогурт | 200 | 10 | 3 | 7 | 120 | 386/2015 |
| | | 42,5 | 27,9 | 115 | 913 | |

Калькулятор *Т.И.Лепетан* - Т.И.Лепетан

Кладовщик *Н.А.Филатова* - Н.А.Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
Светлана С.В.Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 8 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетич. | № рецеп. |
|---|------------|--------------------|--------------|-------------|------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод. | | |
| Капуста квашеная | 60 | 0,9 | 0,06 | 3,1 | 16 | 70/2015 |
| Котлеты из кур с соусом томатным | 110(70/40) | 12,5 | 12,8 | 13,2 | 220 | 294/2015 |
| Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом | 150 | 3,2 | 4,2 | 20,8 | 133 | 303/2015 |
| Какао с молоком | 200 | 4 | 3,4 | 17,5 | 119 | 382/2015 |
| Сыр порциями | 20 | 5,2 | 5,3 | 0 | 68 | 15/2015 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,8 | 0,4 | 20,1 | 82 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,6 | 0,4 | 16,8 | 80 | П/П |
| | | 26 | 21,26 | 91,5 | 650 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетич. | № рецеп. |
|--|-----------|--------------------|-------------|--------------|-------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод. | | |
| Нарезка из соленых огурцов | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10 | 70/2015 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 1,9 | 5,4 | 21,5 | 110 | 82/2015 |
| Шницель из мяса говядины 1 кат с соусом томатным со сливочным маслом | 100/40 | 17 | 25,5 | 16,4 | 365 | 268/2015 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 180 | 6,5 | 7 | 36,5 | 235 | 203/2015 |
| Сок натуральный промышленного производства | 200 | 1 | 0 | 23,4 | 92 | 389/2015 |
| Кондитерские изделия промышленного производства | 53 | 1,2 | 5,6 | 72 | 83 | П/П |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,2 | 0,6 | 30,2 | 120 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 40 | 2,6 | 0,4 | 16,8 | 82 | П/П |
| | | 35,2 | 44,6 | 218,5 | 1097 | |

Калькулятор *Т.И.Лепетан* Т.И.Лепетан

Кладовщик *Н.А.Филатова* Н.А.Филатова



Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В. Макаренко

М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше

9 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая ценность | № рецепта |
|--|-----------|--------------------|-------------|-------------|-------------------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Нарезка из соленых огурцов | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 6 | 70/1/2015 |
| Рыба тушеная с томатом и овощами | (100 /50) | 14,5 | 7,3 | 5,7 | 157 | 229/2015 |
| Картофельное пюре со сливочным маслом | 180 | 3,6 | 5,7 | 24,2 | 164 | 312/2015 |
| Сок натуральный промышленного производства | 200 | 1 | 0 | 26 | 92 | 389/2015 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 0,4 | 0,5 | 100 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 30 | 2,2 | 1,3 | 10,3 | 61 | П/П |
| | | 25,3 | 14,8 | 67,7 | 580 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая ценность | № рецепта |
|--------------------------|-----------|--------------------|-------------|--------------|-------------------------|-----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Икра кабачковая | 100 | 1,2 | 4,7 | 7,7 | 78 | ПР |
| Рассольник Ленинградский | 250 | 2 | 5,7 | 11,7 | 107 | 96/2015 |
| Фрикадельки из кур | 120/5 | 16,1 | 22,5 | 9 | 304 | 5 |
| Капуста тушеная | 180 | 4,6 | 8,2 | 19,3 | 138 | 321/2015 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 1,2 | 0 | 38,8 | 132 | 349/2015 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 0,5 | 25,1 | 100 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 50 | 3,2 | 0,5 | 21 | 102 | П/П |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 32,4 | 42,7 | 147,3 | 1031,5 | |

Калькулятор *Т.И. Лепетан* Т.И. Лепетан

Кладовщик *Н.А. Филатова* Н.А. Филатова

Утверждаю
 Директор
 ГКОУ школы № 22 г. Армавира
С.В.Макаренко С.В.Макаренко



М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей с ОВЗ, детей инвалидов возрастной категории от 12 лет и старше
 10 день

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетиче | № рецеп |
|--------------------------------|-----------|--------------------|-------------|-------------|--------------|----------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Икра свекольная | 60 | 1,3 | 0,1 | 13,2 | 111 | 75/2015 |
| Биточки из мяса говядины 1 кат | 90 | 14,9 | 21,7 | 12,9 | 309 | 268/2015 |
| Капуста тушеная | 150 | 3,8 | 6,9 | 16 | 112 | 321/2015 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,6 | 0,2 | 11 | 65 | 388/2015 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,1 | 0,3 | 15,1 | 60 | П/П |
| Хлеб ржаной иодированный | 30 | 2,2 | 1,3 | 10,3 | 61 | П/П |
| Фрукты свежие (яблоки) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 338/2015 |
| | | 25,5 | 31,1 | 93,2 | 788,5 | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетиче | № рецеп |
|--|-------------|--------------------|-------------|-------------|------------|--------------|
| | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Сыр голландский порциями | 20 | 5,2 | 5,3 | 0 | 68 | 15/2015 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 4,2 | 2,7 | 17,2 | 118 | 5 103/201 |
| Рагу из птицы | 200(75/125) | 14,2 | 12,1 | 17,3 | 237 | 289/2015 |
| Какао с молоком | 200 | 4 | 3,4 | 17,5 | 119 | 382/2015 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,2 | 0,6 | 30,2 | 120 | П/П |
| Йогурт | 200 | 10 | 3 | 7 | 120 | 386/2015 |
| | | 41,8 | 27,1 | 69,2 | 782 | |

Калькулятор *Т.И.Лепетан* - Т.И.Лепетан

Кладовщик *Н.А.Филатова* - Н.А.Филатова