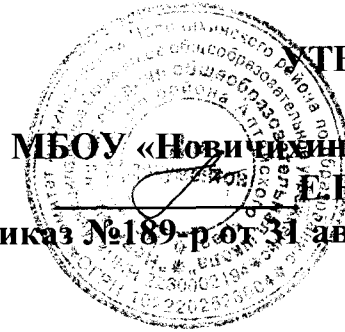


**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор  
МБОУ «Новичихинская СОШ»  
**Е.Ю. Левшина**  
Приказ №189-р от 31 августа 2023г.



**МЕНЮ**  
**для организации горячего питания учащихся**  
**с ОВЗ**  
**МБОУ «Новичихинская СОШ»**  
**2023-2024 учебный год**

(При составлении меню использован  
сборник рецептур и кулинарных изделий  
для школьных образовательных учреждений,  
Пермь 2008г., Издание 4.)

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 1 день 1 недели	№219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,81	1,3	13	21	16	10	0	0,3	17
	№379	Бутерброд с маслом(1-й вариант)	60/10	0,85	5,55	5,13	183,6	45,93	0	0	0,31	0,021	0,027	5	0,7
	№300	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	0,12	0	12,04	48,64	1,2	0,2	1,5	4,4	0	0	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	450	12,9	12,38	75,27	578,25	52,23	21,6	25,91	26,71	18,22	0,127	5,3	18,1
ОВЗ обед 1 день 1 недели	№44	Суп из овощей	250	2,8	5,2	10,3	108,1	85	0	0	0,7	0,1	5,8	0	0,1
	№16	Салат из свежих огурцов	60	0,36	5,04	1,5	51,8	1,7	1,8	1,6	1,9	1,2	6,7	0,7	0,4
	№205	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	80	6,62	16,04	1,57	179,72	3,1	27	5,7	14	0	0,03	0	0
	№227	Макаронные изделия отварные	150	2,52	2,3	35,33	211,46	1,1	6,8	2,3	5	4	0	0	5
	№300	Чай с сахаром, варением, медом	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,78	28,14	140,16	2,5	5,6	2,1	4	0,12	0	0,06	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	830	20,02	30,36	99,84	809,14	111,2	46,9	14,7	30,9	14,12	15,53	0,76	6,2

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 2 день 1 неделя	№115	Каша ячневая молочная вязкая	200	7,04	4,27	34,29	227,16	15	12	15	8,9	13	4,7	156	31
	№379	Бутерброд с маслом(1-й вариант)	60/10	0,85	5,55	5,13	183,6	45,9	0	0	0,31	0,021	0,027	5	0,7
	№282	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0	14,99	60,64	1,1	1,1	1,5	8,9	1,2	2,9	2	2,7
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	500	11,25	11,22	67,51	553,6	65,8	21,5	19,9	24,11	22,42	7,727	163	34,8
ОВЗ обед 2 день 1 неделя	№67	Борщ с капустой и картофелем и тушеным консервированным мясом	250	2,9	2,66	10,81	111,11	5,8	3,8	8,8	8,3	5	28	2,8	1,7
	№282	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0	14,99	60,64	1,8	0,7	1,4	1,4	0,013	3,104	0	0
	№180	Гуляш из говядины	80	12,4	10,9	3,6	160,2	19,6	0	0	1,6	0	1,8	0	0
	№225	Рис припущенный	150	3,72	2,45	37,77	215,06	1,3	13	21	16	3	0,2	15	15
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	730	23,88	17,91	88,67	679,51	33,2	28,8	36,3	36	22,21	33,25	17,8	17,7

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 3 день 1 недели	№108	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	200	7,04	4,27	34,29	227,16	15	12	15	8,9	13	4,7	156	31
	№379	Бутерброд с маслом(1-й вариант)	60/10	0,85	5,55	5,13	183,6	45,93	0	0	0,31	0,021	0,027	5	0,7
	№294	Чай с лимоном	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	500	11,29	11,22	62,72	533,16	80,33	20,4	18,41	15,81	21,22	7,727	161	32,1
ОВЗ обед 3 день 1 недели	№42	Рассольник ленинградский	250	6,03	6,3	32,38	149,6	2,8	10	8,6	6,9	8,3	14	111	10
	№219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,81	1,3	13	21	16	10	0	0,3	17
	№191	Мясо тушеное	80	14	4,88	2,39	109,2	4	57	20	32	0,04	0,89	0	0
	№294	Чай с лимоном	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	730	33,66	18,51	111,47	695,31	28,4	91,3	54,7	64,2	32,54	17,94	111,3	28

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 4 день 1 неделя	№106	Каша манная молочная жидкая	200	6,35	8,24	31,84	227,43	149,3	0	0	0,4	0,05	0,3	0,01	0
	№379	Бутерброд с маслом(1-й вариант)	60/10	0,85	5,55	5,13	183,6	45,93	0	0	0,31	0,021	0,027	5	0,7
	№282	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0	14,99	60,64	1,1	1,1	1,5	8,9	1,2	2,9	2	2,7
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	500	10,56	15,19	65,06	553,87	200,1	9,5	4,91	15,61	9,471	3,327	7,01	3,8
ОВЗ обед 4 день 1 неделя	№71	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	250	6,22	8,21	18,39	170,98	7,9	52	16	16	0	0	0	0
	№211	Плов из отварной птицы	200	12,2	14,33	41,05	747,09	2,5	60	28	11	6,3	1,5	35	25
	№30	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,04	1,98	36,9	2,4	0,7	1,8	1,6	0	0	0	0
	№282	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0	14,99	60,64	1,1	1,1	1,5	8,9	1,2	2,9	2	2,7
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	760	23,79	27,48	97,91	1148,1	18,6	125	52,4	46,2	21,7	4,55	37	28,7

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
ОВЗ завтрак 5 день 1 неделя	№114	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,72	2,45	37,77	215,06	0,9	19	7,3	8,3	3	0,2	15	15
	№377	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	60/70	2,28	1,29	7,11	50,4	45,93	0	0	0,31	0,021	0,027	0	0,024
	№287	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,1	1,1	1,5	8,9	0	0,4	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	510	11,99	8,33	77,69	466,35	51,73	28,5	12,21	23,51	11,22	0,727	15	15,424
ОВЗ обед 5 день 1 неделя	№45	Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79	5,7	7,1	7,5	13	10	7,8	83	13
	№206	Жаркое подомашнему из мясных консервов говядина тушеная	200	18,42	20,69	19,77	337,6	4	57	20	32	13	22	4,4	5,3
	№22	Салат из свежих помидоров	60	0,63	2,35	2,9	71,2	4,3	2,1	3,8	3,2	1,7	22	19	2,7
	№287	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,1	1,1	1,5	8,9	0	0,4	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	760	28,88	32,02	77,49	758,78	19,8	78,6	37,9	65,8	38,9	52,35	106,4	22

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 1 день 2 недели	№379	Бутерброд с маслом(1-й вариант)	60/10	0,85	5,55	5,13	183,6	45,93	0	0	0,31	0,021	0,03	5	0,7
	№112	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,04	4,27	34,29	227,16	15	12	15	8,9	13	4,7	156	31
	№300	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	0,12	0	12,04	48,64	1,2	0,2	1,5	4,4	0	0	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	500	11,21	11,22	64,56	541,6	65,93	20,6	19,91	19,61	21,22	4,83	161	32,1
ОВЗ обед 1 день 2 недели	№47	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,34	3,89	13,61	98,79	5,7	7,1	7,5	13	10	7,8	83	13
	№219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,81	1,3	13	21	16	10	0	0,3	17
	№22	Салат из свежих помидоров	60	0,63	2,35	2,9	71,2	4,3	2,1	3,8	3,2	1,7	22	19	2,7
	№205	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	80	6,62	16,04	1,57	179,72	3,1	27	5,7	14	0	0,03	0	0
	№300	Чай с сахаром, варением, медом	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	790	23,22	29,61	94,78	786,22	34,7	60,5	43,1	55,5	35,9	32,9	102,3	33,7

№ Техноло	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)				
			белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е	
ОВЗ завтрак 2 день 2 неделя	№109	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6,33	2,9	25,49	207,4	19	15	17	8,5	12	1,6	13	6
	№377	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	60/70	2,28	1,29	7,11	50,4	45,93	0	0	0,31	0,021	0,027	0	0,024
	№282	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0	14,99	60,64	1,1	1,1	1,5	8,9	1,2	2,9	2	2,7
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	560	11,97	5,59	60,69	400,6	69,83	24,5	21,91	23,71	21,42	4,627	15	9,124
ОВЗ обед 2 день 2 неделя	№227	Макаронные изделия отварные	150	2,52	2,3	35,33	211,5	1,1	6,8	2,3	5	4	0	0	5
	№70	Суп картофельный с крупой и тушеным консервированным мясом	250	6,67	7,16	21,98	178	7,9	52	16	16	0	0	0	0
	№284	Компот из свежих яблок с лимоном	200	0,25	0,25	25,35	104,1	26,7	0	0	1,01	0,015	3,104	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	650	14,14	11,61	104,16	626	40,4	70,1	23,4	30,71	18,22	3,254	0	6



	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 3 день 2 недели	№377	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	60/70	2,28	1,29	7,11	50,4	45,93	0	0	0,31	0,021	0,03	0	0,024
	№53	Суп молочный с макаронными изделиями	220	6,14	3,73	21,7	171,69	19	15	17	8,5	12	1,6	13	6
	№294	Чай с лимоном	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	580	11,82	6,42	52,11	344,49	84,33	23,4	20,41	15,41	20,22	4,63	13	6,424
ОВЗ обед 3 день 2 недели	№37	Борщ с капустой и картофелем	250/10	1,9	3,66	10,81	111,11	5,8	3,8	8,8	8,3	5	28	2,8	1,7
	№110	Каша перловая вязкая	200	6,33	7,2	39,48	250,52	15	12	15	8,9	13	4,7	156	31
	№180	Гуляш из говядины	80	12,4	10,9	3,6	160,2	19,6	0	0	1,6	0	1,8	0	0
	№294	Чай с лимоном	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	790	25,53	23,66	85,59	694,53	60,7	27,1	28,9	28,1	32,2	37,6	158,8	33,7

№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)				
			белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E	
ОВЗ завтрак 4 день 2 неделя	№377	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	60/70	2,28	1,29	7,11	50,4	45,93	0	0	0,31	0,021	0,03	0	0,024
	№102	Каша "Дружба"	200	4,7	5,7	19,8	152	138	0	0	0,4	0,1	1,1	0	0,2
	№283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	2,5	2,5	4,9	3,3	0,4	0,4	22	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	560	10,74	8,39	67,9	398,39	190,2	10,9	8,31	10,01	8,721	1,63	22	0,624
ОВЗ обед 4 день 2 неделя	№51	Суп крестьянский с крупой	250	3,31	3,74	15,43	140,59	2,2	21	6,7	10	4,5	6,1	23	1,5
	№241	Картофельное пюре	150	3,19	1,06	23,29	160,45	5,8	7,9	6,4	5	8	15	3,3	15
	№212	Птица отварная	70	18,22	18,22	0,97	242,68	2,5	60	28	11	6,3	1,5	35	25
	№260	Соус молочный с морковью	50	1,18	7,33	8,81	105,93	1,1	4,5	11	0,5	3,5	2	10	0,2
	№26	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,75	6,04	4,65	76,08	2,4	0,7	1,8	1,6	0	0	0	0
	№283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	2,5	2,5	4,9	3,3	0,4	0,4	22	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
	ИТОГО:	830	31,91	38,29	102,54	972,02	21,2	108	63,9	40,1	36,9	25,2	93,3	42,7	

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккал	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
ОВЗ завтрак 5 день 2 неделя	№379	Бутерброд с маслом(1-й вариант)	60/10	0,85	5,55	5,13	183,6	45,93	0	0	0,31	0,02	0,027	5	0,7
	№108	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	200	7,04	4,27	34,29	227,16	15	12	15	8,9	13	4,7	156	31
	№300	Чай с сахаром, вареньем, медом	200	0,12	0	12,04	48,64	1,2	0,2	1,5	4,4	0	0	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	3,8	8,4	3,41	6	8,2	0,1	0	0,4
		ИТОГО:	500	11,21	11,22	64,56	541,6	65,93	20,6	19,91	19,61	21,2	4,827	161	32,1
ОВЗ обед 5 день 2 неделя	№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	5,62	4,31	21,28	184,48	7,9	52	16	16	23	33	73	13
	№231	Горошек зеленый консервированный отварной	60/70	1,35	1,025	2,325	24,25	16,35	0	0	0,8	0,05	6,64	0	0,2
	№124	Макаронные запеченные с сыром	150	5,8	6,5	18,9	165,2	102,2	0	0	0,6	0	0,2	0	0
	№293	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	33,6	82	0	0	0	0	0,08	0,08	0,06	50
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	780	18,07	13,735	97,605	588,43	131,2	63,3	21,1	26,1	37,3	40,02	73,06	64,2