

муниципальное казенное
образовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Меньшикова»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)
02.09.2016 (дата)
СШ № 3
г. Фролово

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(ФИО)
Е.А. Мордвинцева/

(подпись)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или огурец соленый, или помидор соленый)	100	0,80	0,20	2,60	14,00	70/71
	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	5,50	5,28	16,53	148,25	102
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,60	4,07	31,87	190,52	203
	Котлеты рубленые из птицы (с маслом)	100	16,20	17,10	17,00	298,00	294
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	35,74	27,73	83,98	938,09	
ПОЛДНИК	Сладкая булочка	100	6,60	14,36	41,13	320,00	426
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	6,76	14,52	69,01	434,60	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230	42,50	42,25	152,99	1372,69	

муниципальное казенное
образовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Мамаева»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)

(должность)

(подпись)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Мордвинцева (подпись)

(подпись)

(дата)



Возрастная
категория:

Ст. школьники с.ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или огурец соленый, или помидор соленый)	100	0,80	0,20	2,60	14,00	70/71
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,90	89,75	88
	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	10,08	9,18	48,60	316,80	171
	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	100	13,02	18,04	7,35	243,64	297
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	32,26	33,45	82,69	951,47	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с картофелем	100	6,00	3,07	40,50	213,30	406
	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,68	15,94	100,60	379
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	9,16	5,75	56,44	313,90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230	41,42	39,20	139,13	1265,37	

муниципальное казенное
образовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Пушкина»
городского округа город Орлов

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись) _____
(должность)
(подпись) _____
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(подпись) _____
Е.А. Мордвинцева/

Возрастная
категория:

Ст. школьники с ОВЗ (2 смены)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	100	1,32	2,58	5,18	49,3	315
	Суп картофельный с крупой (рисовой)	250	1,98	2,70	12,10	85,75	101
	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,54	164,70	128
	Тефтели (2-й вариант) с соусом томатным с овощами	100/50	8,27	13,17	13,84	210,28	279/594
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		980	21,88	25,29	71,64	797,35	
ПОЛДНИК	Пирожок сладкий	100	5,50	4,99	59,23	304	406
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,8	349
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	6,16	5,07	91,25	436,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1280	28,04	30,36	162,89	1234,15	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор *Е.А. Мордвинцева*
(должность)
(подпись)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна
(подпись)
(дата)

Е.А. Мордвинцева
(подпись)

Возрастная категория: Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Категория:							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,58	2,78	15,70	109,00	112
	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	27,40	20,59	24,60	410,00	292
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		750	36,56	24,45	56,54	806,28	
ПОЛДНИК	Плюшка московская	100	7,77	2,85	49,78	256,60	
	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,68	15,94	100,60	379
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	10,93	5,53	65,72	357,20	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1050	47,49	29,98	122,26	1163,48	

муниципальное казенное
образовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренкова»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор *А.А. Мордвинцева* (подпись)
(должность)
(ф.и.о.)
(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Е.А. Мордвинцева (подпись) Е.А. Мордвинцева/



Возрастная
категория:

Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,90	89,75	88
	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,03	251,64	304
	Котлеты или биточки рыбные	100	11,30	4,60	14,00	143,00	234
	Чай с лимоном (с сахаром и лимоном)	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	24,10	17,07	81,91	771,71	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с картофелем	100	6,00	3,07	40,50	213,30	406
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	10,08	6,61	58,08	331,90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1130	34,18	23,68	139,99	1103,61	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Бронзы

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)

(должность)

(подпись)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Мордвинцева (подпись) / А.Мордвинцева/

(подпись)



Возрастная категория: Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	100	1,32	2,58	5,18	49,30	315
	Суп картофельный с крупой (перловой)	250	2,35	2,83	16,88	114,00	101
	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	100	13,02	18,04	7,35	243,64	297
	Пюре из бобовых и картофеля (с горохом)	180	10,87	8,20	30,97	243,43	200
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80	349
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	34,74	32,79	94,68	1014,63	
ПОЛДНИК	Сладкая булочка	100	6,60	14,36	41,13	320,00	426
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	6,76	14,52	69,01	434,60	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230	41,50	47,31	163,69	1449,23	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Маковского»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)
(должность)
(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(подпись) *Мордвинцева* (подпись)
МОРДВИНЦЕВА ЕКАТЕРИНА АЛЕКСАНДРОВНА / А.Мордвинцева/



Возрастная категория: Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,75	82
	Тефтели (2-й вариант) с соусом томатным с овощами	100/50	8,27	13,17	13,84	210,28	279/594
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,60	4,07	31,87	190,52	203
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		880	23,25	23,25	72,89	791,83	
ПОЛДНИК	Плюшка московская	100	7,77	2,85	49,78	256,60	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80	349
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	8,43	2,93	81,80	389,40	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	31,68	26,18	154,69	1181,23	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренко»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор *Мордвинцева*
(должность)
(ФИО)
(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(ФИО)
МОРДВИНЦЕВА
ЕКАТЕРИНА
АЛЕКСАНДРОВНА
И.А. Мордвинцева/
(подпись)



Возрастная категория: Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или огурец соленый, или помидор соленый)	100	0,80	0,20	2,60	14,00	70/71
	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	5,50	5,28	16,53	148,25	102
	Плов из птицы	180	18,40	16,88	30,60	348,00	291
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	31,34	23,44	65,71	797,57	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с картофелем	100	6,00	3,07	40,50	213,3	406
	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,68	15,94	100,6	379
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	9,16	5,75	56,44	313,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1130	40,5	29,19	122,15	1111,47	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (должность)
В.И. Пономаренко (подпись)
(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Е.А. Мордвинцева (подпись)
Е.А. Мордвинцева/



Возрастная категория: Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	100	1,32	2,58	5,18	49,30	315
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,90	89,75	88
	Рагу из птицы	200	15,07	13,57	17,37	252,57	289
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,20	26,60	110	349
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,9	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,08	22,46	59,54	756,46	
ПОЛДНИК	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,8	349
	Сладкая булочка	100	6,60	14,36	41,13	320	426
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	7,26	14,44	73,15	452,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	33,34	36,9	132,69	1209,26	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Махаренко»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО



О. М. Голышкова
(подпись)
(должность)
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева
(подпись)
(должность)
Мордвинцева Екатерина Александровна
(ф.и.о.)
Е.А. Мордвинцева/
(подпись)



Возрастная
категория:

Ст. школьники с ОВЗ (2 смена)

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 10								
ОБЕД	Рассольник ленинградский		250	2,01	5,09	11,98	107,25	121
	Тефтели рыбные с рисом		100	12,39	12,08	17,64	228,8	239
	Пюре из бобовых и картофеля		180	10,87	8,20	30,97	243,43	200
	Чай с сахаром		200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный		40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД			830	31,85	26,45	76,83	866,76	
ПОЛДНИК	Чай с сахаром		200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Плюшка московская		100	7,77	2,85	49,78	256,6	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			300	7,83	2,87	63,74	312,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1130	39,68	29,32	140,57	1179,18	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			11750	380,33	334,37	1431,05	12269,67	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1175	38,03	33,44	143,11	1226,97	

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П.. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:2017.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т. Лапшиной