

Российская Федерация, Свердловская область, Артинский городской округ
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
"Азигуловская средняя общеобразовательная школа"
623368, Свердловская область, Артинский район, с. Азигулово, ул. 30-лет Победы, 26
тел/факс (34391) 6-47-40 E-mail: valievrinat@yandex.ru Сайт: <http://azigul.uralschool.ru/>

СОГЛАСОВАНО:

Территориальным отделом
управления Федеральной службы по
надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека по
Свердловской области
в городе Красноуфимск, Красноуфимском,
Ачитском, Артинском районах
от 30.08.2020 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директором МАОУ «Азигуловская СОШ»
Приказ № 77-од от 30.08.2020г.

**Примерное рекомендуемое 14-ти дневное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд и кулинарных изделий для детей с
ограниченными возможностями здоровья, возрастная категория
с 7 лет и старше
(завтрак и обед)**

2020 г.

**Примерное рекомендуемое 14-ти дневное
меню и пищевая ценность приготовляемых
блюд и кулинарных изделий для
образовательной организации коррекционной
школы, возрастная категория с 7 и старше
(завтрак)**

Накопительная ведомость для обучающихся в образовательной организации для учащихся кор. школы (завтрак)
с 7 лет и старше на весенне-осенний период

[illegible]

СРЕДНЕЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ НУТРИЕНТОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ КОР. ШКОЛЫ С 7 ЛЕТ И СТАРШЕ

Дни по меню	Пищевая ценность			
	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность (ккал)
1	13,21	14,22	84,74	540,40
2	13,79	14,91	71,90	477,40
3	16,62	17,25	77,75	533,40
4	16,05	17,76	80,74	547,40
5	14,83	15,05	76,24	500,40
6	14,39	15,86	61,48	446,40
7	14,40	15,05	71,64	440,40
8	15,86	17,68	73,86	518,40
9	14,50	16,53	64,21	464,40
10	15,94	17,76	81,69	550,40
11	12,26	14,29	67,07	446,40
12	14,83	15,05	76,24	500,40
13	16,72	17,46	89,14	581,40
14	17,48	17,85	87,29	580,40
Среднее за 14 дней	210,88(15,06)	257,63(18,4)	1063,99(75,99)	7176(512,57)

МЕНЮ

День: вторник Неделя: третья

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
14/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,53	5,97	31,23	205,00	111	35,6	145	2,49	0,02	0	0	0,13	0,29
18/10	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,90	138,00	122	6,7	114	0,51	0,02	0	0	0,03	1
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		17,48	17,85	87,29	580,40	375	71,9	362	6,08	0,04	0	0	0,16	15,4

МЕНЮ

День: понедельник Неделя: третья

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак															
17/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	5,97	5,26	30,73	194,00	117	43	192	0,79	0,01	0	0	0,1	0,42
15/10	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	3,67	3,80	25,25	150,00	89	9,52	64,1	0,09	0,01	0	0	0,02	9,8
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	228	65,5	256	3,88	0,02	0	0	0,12	24,2
	Итого за прием		16,72	17,46	89,14	581,40	456	131	511	7,76	0,04	0	0	0,24	48,4

МЕНЮ

День: суббота Неделя: -вторая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Обед															
18/4	Каша шпеничная молочная с маслом сливочным	200	6.35	5.23	31.85	200,00	115	28.6	153	2,28	0,01	0	0	0,01	0,42
16/10	Чай с молоком	200	1.40	1.42	11.23	63,00	61.5	10.9	55.6	0,91	0	0	0	0,01	0,56
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19.16	171,40	120	16.6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14.00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за день		12,70	13.21	57.16	398,00	278	56.1	312	3,27	0,01	0	0	0,02	1,05

МЕНЮ

День: пятница Неделя: вторая

Возрастная категория: учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

Сезон: осенне-весенний

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
25/4	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	200	5,10	5,88	24,68	172,00	114	54,1	148	0,9	0	0	0	0,07	0,53
15/10	Чай с лимоном	200	0,08	0,01	9,23	37,00	8,05	5,24	9,79	0,9	0	0	0	0	0,8
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		12,26	14,29	67,07	446,40	265	89	261	4,88	0	0	0	0,07	15,4

МЕНЮ

День: четверг Неделя: вторая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория : Учащиеся кор. школы с7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг
	Завтрак														
23/4	Каша ассорти (рис, пшено) молочная с маслом сливочным	200	4,99	5,88	25,63	175,00	109	20,6	105	0,88	0,01	0	0	0,06	0,53
18/10	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,90	138,00	122	6,7	114	0,51	0,02	0	0	0,03	0,52
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		15,94	17,76	81,69	550,40	373	56,9	322	4,47	0,03	0	0	0,09	15,1

МЕНЮ

День: среда Неделя - вторая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции,	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	C,мг
	Завтрак														
24/2	Суп молочный с крупой	250	4,41	5,25	17,69	136,00	182,72	32,9	163	0,61	0	0	0	0,08	0,65
17/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	91,00	121,3	14	91	0,14	0	0	0	0,03	0,52
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120,2	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		14,50	16,53	64,21	464,40	446,22	76,6	357	3,83	0	0	0	0,11	15,2

МЕНЮ

День: вторник Неделя: вторая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. Школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

[illegible]

МЕНЮ

День: понедельник Неделя - вторая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
	Завтрак														
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,24	6,64	29,25	206,00	104,78	33,3	82,2	2,72	0	0	0	0,17	0,42
15/10	Чай с лимоном	200	0,08	0,01	9,23	37,00	8,05	5,24	9,79	0,9	0	0	0	0	0,8
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120,2	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		14,40	15,05	71,64	480,40	255,03	68,2	195	6,7	0	0	0	0,17	15,3

МЕНЮ

День: суббота Неделя: первая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Обед															
23/2	Суп молочный с лапшой	250	4,30	4,58	14,96	118,00	183	33	163	0,61	0,02	0	0	0,05	0,45
17/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	91,00	121	14	91	0,14	0	0	0	0,03	0,52
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за день		14,39	15,86	61,48	446,40	446	76,6	357	0,83	0,02	0	0	0,08	15

МЕНЮ

День: пятница Неделя: первая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
18/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,35	5,23	31,85	200,00	114,71	28,6	153	2,28	0,01	0	0	0,01	0,42
16/10	Чай с молоком	200	1,40	1,42	11,23	63,00	61,48	10,9	55,6	0,91	0	0	0	0,01	0,56
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120,2	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		14,83	15,05	76,24	500,40	318,39	69,2	312	6,27	0,01	0	0	0,02	15,1

День: четверг Неделя: -первая
 Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Сезон: осенне-весенний
 Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак															
25/4	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	200	5.10	5.88	24.68	172.00	114	54.1	148	0.9	0	0	0	0.07	0.53
18/10	Какао с молоком	200	3.87	3.48	22.90	138.00	122	6.7	114	0.51	0.02	0	0	0.03	1
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6.08	7.40	19.16	171.40	120	16.6	103	0.08	0	0	0	0	0.07
	Фрукты	140	1.00	1.00	14.00	66.00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		16.05	17.76	80.74	547.40	378	90.4	365	4.49	0.02	0	0	0.1	15.6

МЕНЮ

День: среда Неделя -первая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
14/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,53	5,97	31,23	205,00	111	35,6	145	2,49	0,02	0	0	0,13	0,29	
17/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,88	13,36	91,00	121	14	91	0,14	0	0	0	0,03	0,52	
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07	
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14	
	Итого за прием		16,62	17,25	77,75	533,40	375	79,2	339	5,71	0,02	0	0	0,16	14,9	

МЕНЮ

День: вторник Неделя - первая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
	Завтрак														
5\6	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,31	5,09	27,51	177,00	113	15,4	96,5	0,37	0,01	0	0	0,05	0,3
16\10	Чай с молоком	200	1,40	1,42	11,23	63,00	61,5	10,9	55,6	0,91	0	0	0	0,01	0,56
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		13,79	14,91	71,90	477,40	316	56	255	4,36	0,01	0	0	0,06	14,9

МЕНЮ

День:понедельник Неделя -первая

Сезон: осенне-весенний

Возрастная категория: Учащиеся кор. школы с 7 и старше

Рацион: завтрак

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
8/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,05	5,81	42,35	246,00	31,7	16,4	94,7	0,41	0,02	0	0	0,03	0,52
15/10	Чай с лимоном	200	0,08	0,01	9,23	37,00	8,05	5,24	9,79	0,9	0	0	0	0	0,8
4\13	Бутерброд с маслом и сыром	40\5\12	6,08	7,40	19,16	171,40	120	16,6	103	0,08	0	0	0	0	0,07
	Фрукты	140	1,00	1,00	14,00	66,00	22	13	0	3	0	0	0	0	14
	Итого за прием		13,21	14,22	84,74	520,40	182	51,3	208	4,39	0,02	0	0	0,03	15,4