Согласовано:
Начальник Территориального отдела Управления
Роспотребнадзора по Самарской области в г. Отрадном
_____ Е.П. Исуповой

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Лагвица»
_____ С.К. Панфилова

ПРИМЕРНОЕ ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ
для детей ОВЗ
ГБОУ СОШ № 2,4,6,7,8,10
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ОТРАДНЫЙ С 01.09.2020-31.05.2023г.г.

КОПИЯ ВЕРНА
Директор ООО «ЛАГВИЦА»
_____ С.К. Панфилова

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

ООО "Лагвица"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: понедельник
Неделя: 1

Сезон: сентябрь- май
Возраст: дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 026	Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	200	1	4	6	83		6	29		26	46	13	1
	Чай черный ссахаром	200			13				1		10	16	9	2
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			5	6	32	200	0	6	30	0	49	136	42	4
Обед-2														
1 044	Огурцы свежие порционно	30			1	6		5			10	19	6	
203	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4	5	9	157					8	37	7	1
	Сосиска отварная с соусом	50/50	6	10	5	133		1			24	13	5	1
	Чай черный ссахаром	200			13				1		10	16	9	2
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			25	22	114	798	0	6	1	0	98	301	96	8
Итого за день			30	28	146	998	0	12	31	0	147	437	138	12

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

ООО "Лагвица"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: вторник
Неделя: 1

Сезон: сентябрь- май
Возраст: дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
	Суп с клецками с курицей	200/25	2	12	10	115		10	18		18	41	16	1
10 011	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200			21	83		17			42			
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			6	14	44	315	0	27	18	0	73	115	36	2
Обед-2														
8 007	Капуста тушеная .	200	3	4	10	89		71	24		94	73	36	1
	Тефтеля мясная	50	2		9	73		2			15	35	13	
10 011	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	200			21	83		17			42			
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			20	11	126	747	0	90	24	0	197	324	118	5
Итого за день			26	25	170	1062	0	117	42	0	270	439	154	7

ООО "Лагвица"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: среда **Неделя:** 1

Сезон: сентябрь- май **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
13 022	Щи из свежей капустой с- курицей со сметаной	200/25	2	4	5	68		27	5		43	46	20	1
10 010	Компот из плодов сухих витамизированный (смесь косточковых плодов)	200	1		19	130		1			18	29	9	1
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			7	6	37	315	0	28	5	0	74	149	49	3
Обед-2														
1 032	Салат из свеклы с маслом растительным с чесноком	30		3	3	39		3			18	13	6	
	Плов с курицей	150	11	8	8	193		3			20	73	27	1
10 010	Компот из плодов сухих витамизированный (смесь косточковых плодов)	200	1		19	130		1			18	29	9	1
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			27	18	116	864	0	7	0	0	102	331	111	6
Итого за день			34	24	153	1179	0	35	5	0	176	480	160	9

ООО "Лагвица"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: четверг **Неделя:** 1

Сезон: сентябрь- май **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 017	Уха	200/25	3	4	14	95		4	10		67	39	29	1
10 002	Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (вишня)	200			12	50		3			8	6	5	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			7	6	39	262	0	7	10	0	88	119	54	2
Обед-2														
8 005	Пюре картофельное	120	4	6	22	165		25	37		77	117	35	1
7 002	Рыба тушенная с овощами	50/20	3	2	1	27		1			6	6	3	
10 002	Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (вишня)	200			12	50		3			8	6	5	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			22	15	121	744	0	29	37	0	137	345	112	5
Итого за день			29	21	160	1006	0	36	47	0	225	464	166	7

ООО "Лагвица"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: пятница **Неделя:** 1

Сезон: сентябрь- май **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 019,01	Суп с изделиями макаронными с-курицей	200/25	3	5	18	124		2	25		20	16	10	1
10 009,03	Напиток из шиповника	200			15	61		1			10		2	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			7	7	46	302	0	3	25	0	43	90	32	2
Обед-2														
	Каша гороховая	120	16	1	34	209	1				70	160	62	5
1 044	Огурцы свежие порционно	30			1	6		5			10	19	6	
7 061	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	11	11	2	149		2	9		27	13	16	1
10 009,03	Напиток из шиповника	200			15	61		1			10		2	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			42	19	138	927	1	8	9	0	163	408	155	10
Итого за день			49	26	184	1229	1	11	34	0	206	498	187	12

ООО "Лагвица"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: понедельник **Неделя:** 2

Сезон: сентябрь- май **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 001	Борщ с курицей со сметаной.	200	1	10	9	73		13	21		34	36	15	1
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
	Сок фруктовый	200												
Итого за Завтрак			5	12	22	190	0	13	21	0	47	110	35	2
Обед-2														
1 038	Помидоры свежие	30			2	11		11			6	12	9	
8 004	Изделия макаронные группы А отварные	120	4	5	13	150			30		11	31	6	1
	Сосиска отварная с соусом	50/50	6	10	5	133		1			24	13	5	1
	Сок фруктовый	200												
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			25	22	106	796	0	12	30	0	87	272	89	6
Итого за день			30	34	128	986	0	25	51	0	134	382	124	8

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

ООО "Лагвица"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: вторник **Неделя:** 2

Сезон: сентябрь- май **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 015	Суп крестьянский с крупой (пшено,рис), курицей	200/25	2	6	4	38		10	2		31	18	10	
381	Кофейный напиток.	200	2		27	119	1	53						
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			8	8	44	274	1	63	2	0	44	92	30	1
Обед-2														
1 006	Салат витаминный с маслом растительным	30	1	10	12	142		13			23	16	9	1
8 005,01	Картофельное пюре.	120	5	8	27	210		31	49		99	147	44	1
7 054	Курица отварная с овощами	50	3	3	5	11		1			6	5	3	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
381	Кофейный напиток.	200	2		27	119	1	53						
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			26	28	157	984	1	98	49	0	174	384	125	6
Итого за день			34	36	201	1258	2	161	51	0	218	476	155	7

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

ООО "Лагвица"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: среда **Неделя:** 2

Сезон: сентябрь- май **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 011	Суп картофельный с курицей	200/25	2	8	10	52		7	15		21	30	12	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
377	Чай черный с лимоном, с сахаром.	200			15	65		2	1		12	18	9	2
Итого за Завтрак			6	10	38	234	0	9	16	0	46	122	41	3
Обед-2														
1 044,01	Огурцы свежи	30			1	4		3			7	13	4	
8 001	Каша гречневая рассыпчатая	100	5	2	22	123					12	120	81	2
	Гуляш из курицы	50/20	5	7	9	81		1			5	10	5	
377	Чай черный с лимоном, с сахаром.	200			15	65		2	1		12	18	9	2
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			25	16	133	775	0	6	1	0	82	377	168	8
Итого за день			31	26	171	1009	0	15	17	0	128	499	209	11

ООО "Лагвица"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: четверг **Сезон:** сентябрь- май

Неделя: 2 **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 003	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами	200/10	4	13	7	61		14	23		34	35	23	4
	Чай черный с сахаром	200			13	35			1		10	16	9	2
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			8	15	33	213	0	14	24	0	57	125	52	7
Обед-2														
	Отварная свекла	30			3	13		3			18	14	7	
	Каша перловая	120	5	4	23	193			23		27	164	20	1
7 054,02	Курица тушенная с овощами	50/20		1	2	19		2			11	11	5	
	Чай черный с сахаром	200			13	35			1		10	16	9	2
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			20	12	127	762	0	5	24	0	112	421	110	7
Итого за день			28	27	160	975	0	19	48	0	169	546	162	14

ООО "Лагвица"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: Примерное десятидневное школьное меню для детей с ОВЗ

День: пятница **Сезон:** сентябрь- май

Неделя: 2 **Возраст:** дети 7-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
2 021	Суп гороховый с курицей.	200/25	3	14	20	201		5	33		54	96	40	3
10 009,03	Напиток из шиповника	200			15	61		1			10		2	
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
Итого за Завтрак			7	16	48	379	0	6	33	0	77	170	62	4
Обед-2														
1 038	Помидоры свежие	30			2	11		11			6	12	9	
8 002	Рис отварной с овощами с кукурузой и зеленый горошек	120	3	1	33	151		1			15	82	29	1
7 016	Печень по-строгановски	50/50	10	7	6	124		17	4105		21	167	13	4
13 001	Хлеб пшеничный	50	4	2	13	117					13	74	20	1
10 009,03	Напиток из шиповника	200			15	61		1			10		2	
424	Выпечка	80	11	5	73	385					33	142	49	3
	Фрукт	200												
Итого за Обед-2			28	15	142	849	0	30	4105	0	98	477	122	9
Итого за день			35	31	190	1228	0	36	4138	0	175	647	184	13

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	Итого за 10 дней		326	278	1663	10930	3	467	4464	0	1848	4868	1639	100

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	Средняя норма за день		32,60	27,80	166,30	1093,00	0,30	46,70	446,40		184,80	486,80	163,90	10,00

Составил _____

м.п.