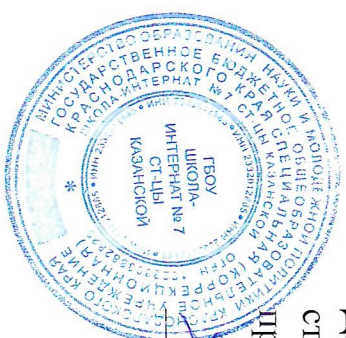


УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ школы-интерната № 7
ст-цы Казанской

приказ № 145 от 16 августа 2024 года

Агафонов Д.Н.



Циклическое десятидневное меню для организации питания обучающихся в «Государственном бюджетном общеобразовательном учреждении Краснодарского края специальной (коррекционной) школе-интернате № 7 ст-цы Казанской» в возрасте 12 лет и старше.

Анализ выполнения натуральных норм питания в школе-интернате ст. Казанская 12-18 лет

Наименование продукта	Норма в день нетто	Количество продуктов в г., мл., нетто										Итого
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Хлеб ржаной	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120	120
Хлеб пшеничный	200	225	200	200	200	172	208	200	209	205	150	196,9
Мука пшеничная	20	6		16	40		39	18	28	42	10	19,9
Крупы, бобовые	50	44	10	107	102	39	106	15	62	73		54,7
Макаронные изд.	20		61	12		56					56	18,5
Картофель	187	221	225	200	38	47	250	239	329	287	20	187,7
Овощи св.зел.	320	565	386	213	418	316	279	278	442	246	317	336
Фрукты свеж.	185	207	200	100	207	200	200	200	140	200	207	186,1
Фрукты сухие	20	25	25	25	25		25	25	25	25		20
Соки, напитки	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200
Мясо жилованное	78	131			91	74		171	85	104	124	78
Птица	53		82	101			101	146	100			53
Рыба филе	77	97	147	138	79		79		96		132	76,8
Субпродукты	40		162						129	109		40
Молоко	350	312	360	470	261	298	461	358	350	300	150	332
Кисломолочные пр.	180	225	225	225	225		225	225	225	225		180
Творог	60			82	184		28	114		196		60,4
Сыр	15		25	25		25	25	25			25	15
Сметана	10	10	13	18	26	10			10	4	8	9,9
Масло сливочное	35	62	45	16	43	29	20	42	21	47	29	34,9
Масло растительное	18	17	18	18	27	7	26	17	31	5	5	17,5
Яйцо	1(40)	40	46	45	22	40	63	18	43	56	40	40,7
Сахар	35	31	36	38	43	25	33	42	42	39	16	34,5
Кондитерские изд.	15	16	60				44	20		20	160	16
Какао	1,2	2				2		2	2	2		1
Кофейн.нап.	2			3				3		3		0,9
Дрожжи	0,3				0,8		0,1					0,09
Крахмал	4		9		9			9		9		3,6
Соль	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Чай	2	2	2	2	2		2		2			1,2

Неделя 1 День 1

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	---------------

Завтрак

230	Каша манная молочная жидкая	256	7,76	8,24	39,01	291
267	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
70	Бутерброд с маслом	42	4,02	11	12,22	157,21
459	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
582	Кондитерское изделие	16	1,2	1,58	11,04	66,4
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,225	12,03	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			20,68	25,92	93,9	720,11

Обед

100	Рассольник ленинградский	250	2,62	5,1	33,25	109,5
327	Гуляш из отварной говядины	107	13,26	12,48	3,5	276
380	Капуста тушеная	200	4	6,8	25,2	238
148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
Итого:			35,58	26,68	165,33	1119,3

Полдник

462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
73	Бутерброд с повидлом	45	1,6	3,8	20,2	121
54	Икра морковная	100	2,4	3,8	6,5	66
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			9,6	11,1	62,6	383,5

Ужин

299	Рыба, тушеная в томате с овощами	140	10,7	12,3	6,7	203
377	Картофельное пюре	180	4,86	7,2	20,4	126
157	Овощи консервированные отварные	105	3	3,8	5,3	67
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,225	12,03	58,5
495А	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,1	22,1	90
Итого:			24,46	24,225	82,57	626,9

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			95,33	93,52	413,4	2963,41

Неделя 1 День 2

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

150	Икра кабачковая(промышленного производства)	100	1,9	8,9	7,7	118
300	Рыба, запеченная в омлете	180	22,12	8,01	30,95	241,25
63	Бутерброд с маслом и сыром	67	7,82	18,57	12,22	246,71
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			35,74	37,38	84,47	772,46

Обед

96	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,67	4,62	10,95	100
367	Птица в соусе с томатом	140	13,3	15,5	3,1	205
256	Макаронные изделия отварные	180	1,66	5,9	35,46	221,4
148 А	Овощи свежие (квашенные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	48,2	234
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,08
Итого:			34,33	28,32	151,89	1021,48

Полдник

469	Молоко кипяченое	250	7,25	6,6	11,37	134
592	Печенье	60	4,5	6	44,64	258
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			12,15	13	65,81	436

Ужин

361	Сердце в соусе	125	15	15,1	7,12	181,25
153	Картофель отварной с луком	230	1,76	10,05	18,45	129
53	Икра свекольная	100	1,5	3,6	8,5	72
482А	Кисель из кураги	200	1,2	0,06	32,8	130
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
5	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117
Итого:			26,46	29,81	107,51	711,65

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			115,18	110,11	417,78	3055,19

Неделя 1 День 3

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	---------------

Завтрак

213	Каша гречневая вязкая	256	11,15	7,6	30,25	321,75
65	Бутерброд с сыром	50	7,7	7,57	12,03	157,56
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
462	Какао	200	3,3	2,9	13,8	94
562	Кондитерское изделие	16	1,2	1,58	11,04	66,4
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			25,65	20,25	89,22	742,21

Обед

129	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,9	9,15	32,2	197,75
375	Плов из отварной птицы	200	13,3	18,2	24,8	349,33
148 А	Овощи консервированные порциями	105	1,6	3,8	5,3	67
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
Итого:			32,8	33,35	163,78	1098,88

Полдник

465	Кофейный напиток с молоком	230	3,2	2,9	15,6	101
286	Сырники из творога запеченные	90	8,22	4,77	36,11	163,8
408	Соус сметанный	30	0,44	2,8	0,7	29,91
Итого:			11,86	10,47	52,41	294,71

Ужин

148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
312	Рыба, запеченная с картофелем под молочным соусом	286	9,4	17,4	19,7	308
495А	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,1	22,1	90
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
5	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117
Итого:			17,9	18,6	84,34	608,4

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			94,8	86,6	399,28	2841,73

Неделя 1 День 4

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

279	Запеканка из творога	200	20,4	16,4	35,66	388
408	Соус сметанный	30	0,44	2,8	0,7	29,91
459	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
70	Бутерброд с маслом	42	4,02	11	12,22	157,21
Итого:			27,46	30,9	80,18	717,62

Обед

117	Суп из овощей с фасолью	250	4	6,93	19,22	197,25
329	Бигус	200	14	18,3	15,2	313
148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
Итого:			33,7	27,53	137,8	1006,05

Полдник

541	Булочка ванильная	60	5,3	7,7	38,8	179
469	Молоко кипяченое	250	7,25	6,6	11,37	134
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			12,95	14,3	59,97	357

Ужин

308	Котлеты рыбные любительские	120	9	8,8	5,2	151
221	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,9	9	43	278
157	Овощи консервированные отварные	105	3	3,8	5,3	67
482А	Кисель из кураги	200	1,2	0,06	32,8	130
573	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
Итого:			24,1	22,6	126,94	825,4

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			103,31	100,93	403,89	3019,67

Неделя 1 День 5

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

230	Каша манная молочная жидкая	256	7,76	8,24	39,01	261
63	Бутерброд с маслом и сыром	67	7,82	18,57	12,22	246,71
462	Какао молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
267	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
Итого:			29,08	35,51	103,47	791,11

Обед

98	Свекольник	250	2,32	4,7	10,32	93,25
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,9	8,9	7,7	118
341	Котлеты пермские	100	16	15,5	12	253
258	Макароны отварные с овощами	200	1,8	4,7	47	210
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			37,02	36,4	188,3	1203,05
Всего:			66,1	71,71	291,77	1994,16

Неделя 2 День 1

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

223	Каша пшеничная вязкая	256	10,5	8,25	47,25	306,75
267	Яйцо вареное	40	5,1	4,7	0,3	63
65	Бутерброд с сыром	50	7,7	7,57	12,03	147,56
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
Итого:			26,8	22,02	83,38	639,81

Обед

115	Суп картофельный с клецками	250	2,65	9,5	29,45	180
375	Плов из отварной птицы	200	13,3	18,2	24,8	349,33
148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			32,05	30,4	167,43	1069,13

Полдник

469	Молоко кипяченое	250	7,25	6,6	11,37	134
531	Ватрушки с творогом	60	7,8	6,8	29,7	244
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			15,45	13,8	50,87	422

Ужин

308	Котлеты рыбные любительские	120	9	8,8	5,2	151
153	Картофель отварной с луком	230	1,76	10,05	18,45	129
157	Овощи консервированные отварные	105	3	3,8	5,3	67
495А	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,1	22,1	90
573	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	24,6	117
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,04
419	Соус томатный	20	0,19	0,65	0,92	10,38
Итого:			21,15	24,4	92,61	646,42

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			101,95	97,22	403,29	2890,96

Неделя 2 День 2

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	---------------

Завтрак

284	Суфле из творога паровое с повидлом	180	11,05	6,3	33,4	325
63 А	Бутерброд с маслом и сыром сыром	67	7,82	18,37	12,22	246,71
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			23,57	27,77	81,32	762,21

Обед

109	Суп хархо	250	5,95	9,4	22,2	265,41
376	Рагу из птицы	240	12,1	20,09	20,79	350,9
148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
574	Ржаной хлеб 80	80	6,4	1,2	32,08	164,8
Итого:			33,75	31,79	146,37	1112,11

Полдник

462	Какао	200	3,3	2,9	13,8	94
168	Морковь в молочном соусе с зеленым горошком	100	2,1	1,7	7,3	51
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
310	Шницель рыбный	110	10,5	15,5	17,95	211
Итого:			17,8	20,7	61,15	458,5

Ужин

327	Гуляш из отварной говядины	107	13,26	12,48	3,5	276
157	Овощи консервированные отварные	105	3	3,8	5,3	67
377	Картофельное пюре	180	2,86	7,2	10,4	126
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
482А	Кисель из кураги	200	1,21	0,06	32,8	130
Итого:			25,43	24,34	80,34	739,9

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			107,05	110,2	378,18	3186,32

Неделя 2 День 3

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

225	Каша пшеничная вязкая	256	10,6	9,6	66,45	364,5
64	Бутерброд с маслом	42	4,02	11	12,22	157,21
460	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
267	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
Итого:			23,22	26,7	102,77	707,21

Обед

104	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,5	4,5	13,8	61,75
325	Азу	105	10,9	13,3	4,2	293,2
148 А	Овощи свежие (квашенные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
152	Картофель отварной с маслом	180	4,9	9,25	18,5	177
Итого:			33	29,35	139,88	1027,75

Полдник

53	Икра свекольная	100	1,5	3,6	8,5	72
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	140	0,56	0,56	13,3	61,6
366	Птица отварная	100	11,2	12	25,25	169
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
Итого:			18,46	19,26	73,15	455,1

Ужин

362	Жаркое из сердца	275	14,25	14,02	18,12	294
157	Овощи консервированные отварные	105	3	3,8	5,3	67
495А	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,1	22,1	90
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
Итого:			23,15	18,72	73,86	591,9

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			102,33	98,63	398,66	2881,56

Неделя 2 День 4

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	--------------

Завтрак

282	Запеканка рисовая с творогом	220	10,9	7,83	52,41	384,06
70	Бутерброд с маслом	42	4,02	11	12,22	157,21
462	Какао	200	3,3	2,9	13,8	94
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			20,52	22,33	100,53	737,77

Обед

113	Суп картофельный с бобовыми	250	2,3	7,57	14,6	145,75
328	Жаркое по-домашнему	250	11,5	17,87	32,25	383,75
148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
Итого:			29,5	27,74	150,23	1025,3

Полдник

465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88
357	Оладьи из печени по-кунцевски	136	11,12	14,2	15,04	235,2
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого:			16,22	17,3	50,74	425,7

Ужин

53А	Икра свекольная	135	2,5	4,08	11,04	92,7
289	Вареники ленивые	210	13,4	13,8	27,6	354
482А	Кисель из кураги	200	1,2	0,06	32,8	130
573	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
Итого:			22,2	18,74	99,78	717,6

Второй ужин

470	Кисломолочный напиток	225	6,5	5,6	9	113,6
Итого:			6,5	5,6	9	113,6
Всего:			94,94	91,11	410,64	3019,97

Неделя 2 День 5

Стол: 2 - Общий стол от 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Каллорийность
---	--------------------	--------------	-------	------	----------	---------------

Завтрак

301	Рыба запеченная с яйцом	200	11,4	5,8	25	285
63 А	Бутерброд с маслом и сыром	67	7,82	18,37	12,22	246,71
573	Хлеб пшеничный	25	0,8	0,2	12,3	58
574	Ржаной хлеб	40	3,2	0,6	16,04	82,4
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,9	8,9	7,7	118
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
Итого:			28,82	37,17	96,86	928,11

Обед

95	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	9,12	16,95	175
326	Бефстроганов из отварной говядины	150	15,7	14,2	7,6	303
258 А	Макароны отварные с овощами	200	1,8	4,7	47	210
148 А	Овощи свежие (квашеные) порциями	100	0,7	0,1	1,9	11
501	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
573	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234
574	Ржаной хлеб	80	6,4	1,2	32,08	164,8
82	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого			35,45	30,72	184,73	1227,8
Всего:			63,87	67,49	271,79	2111,91

Анализ выполнения натуральных норм питания в школе-интернате ст. Казанская 12-18 лет

	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Итого
Белки	90	95	115	95	103	66	102	107	102	95	64	94,5
Жиры	92	93	110	87	101	71	97	110	99	91	68	93
Углеводы	383	413	418	399	404	292	403	378	399	411	272	378,9
Калорийность	2720	2963	3055	2842	3020	1994	2891	3186	2882	2999	2112	2794