

Согласовано

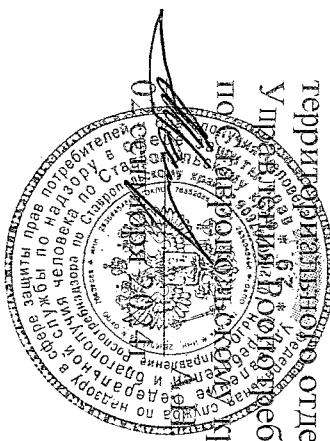
И.о. руководителя межрайонного

территориального отдела

Управления по надзору

по санитарно-эпидемиологическому надзору

по Самарской области Краю №1

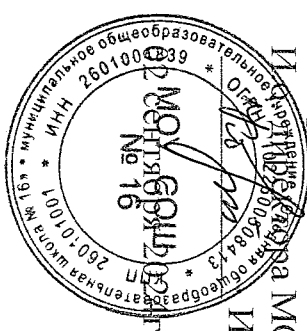


Нестеров

Утверждаю

И.о. руководителя МОУ СОШ №16

И.А. Ковальчук



Перспективное 14-дневное меню и пищевая ценность

приготавливаемых блюд школьных завтраков и обедов

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

МОУ «Средняя общеобразовательная школа №16»

на 2024 – 2025 учебный год

(бюджетные средства)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Надежда: первая

[illegible]

3

1. *What is the purpose of the study?*
 2. *What are the research questions or hypotheses?*
 3. *What is the study design?*
 4. *What are the variables?*
 5. *What are the data sources?*
 6. *What are the data collection methods?*
 7. *What are the data analysis methods?*
 8. *What are the results?*
 9. *What are the conclusions?*
 10. *What are the limitations?*
 11. *What are the implications?*
 12. *What are the future research directions?*

--	--

[illegible]

3. День

[illegible][illegible]

5 День

[illegible]

II CMEHA

[illegible]

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Обед														
102	Суп картофельный с горохом	250	5,6	5,4	17,5	140,7	0,2	9,8	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1
259	жаркое по домашнему	280	9,64	10,46	8,32	165,97	0,11	10,8	0	1,57	22,01	7,76	1,91	1,9
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24
	Итого:	805	19,63	16,3	86,86	573,27	3,91	20,63	0,3	5,71	87,51	144,56	98,25	5,04

[illegible][illegible]

[illegible]

Завтрак
Вареники из п\ф промышленного производства
Салаты свежие
Кофейный напиток с молоком
Хлеб пшеничный
Итого:

	Обед
	кукуруза консервированная
	отварная
	лапша домашняя
	бройлер -цыпленок тушеный в сметанном соусе с томатом
	Рис отварной
	Кисель из сухофруктов
	Хлеб ржаной
	Хлеб пшеничный
	Итого:

10 день

[illegible][illegible]

1	11 день
---	---------

[illegible][illegible]

[illegible]

13 день

[illegible][illegible]

14 день

Завтрак																
	бананы свежие	100	1,5	0,5	31	96	0,5	10	0,1	0,4	12	28	40	0,1		
	каша жидкая молочная из манной крупы	220	5,75	3,31	40,22	214,29	0,08	1,12	17,15	0	125,4	109,71	0	0		
382	какао с молоком	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28		
6	масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66	3	0	40	0	2,4	3	0	0,02		
1	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	0	0	0	0,7	5,6	27	0,72	0,12		
	Итого:	550	7,5	10,79	74,46	424,79	3,08	1,15	57,15	0,7	144,5	142,51	2,12	0,42		

Обед																
96	Рассольник ленинградский	250	3,9	2,8	19	117	0,1	6	0,2	0,4	21	22	54	0,9		
302	каша гречневая рассыпчатая	180	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0,3	11	78	16,22	1,6		
279	тефтели 2 вариант	100	3,0	6,34	7,43	228	0,04	0,53	24,58	0,02	20,26	64,04	13,29	0,63		
349	компот из смеси сухофруктов	180	0	0	17,46	69,66	0	0	0	0	8,46	0	4,4	0,9		
2	хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52		
1	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,14	11,2	54	1,44	0,24		
	Итого:	800	17,5	14,16	127,63	827,26	3,74	6,53	24,78	0,86	79,52	249,24	99,15	4,79		

Меню составлено согласно нормативных документов:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях (сборник технических нормативов) / под редакцией Тутельяна В.А.,
2. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Скурихин И.М., Тутельян В.А. - Москва, 2015г.