Утверждаю:

Директор ООО «ККДП»

_____/П.В. Воробьев /

« 01 » декабря 2026г.

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ с. Новый Сарбай

_____ / Лукьянова Л.А. /

« 01 » декабря 20 26 год.

Родительский комитет Кадр Карпова А.Н.

« 01 » декабря 20 26 год.

Основное десятидневное меню рациона питания, для детей учащихся 1-4 класса общеобразовательных учреждений Самарской области Кинельского района

Утверждаю:

Директор ООО «ККДП»

_____ /П.В. Воробьев /

« 01 » декабря 2026г.

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ _____

_____ / Лукьянова И.А. /

« 01 » декабря 2026 год.

Родительский комитет Кадр Карпова А.И.

« 01 » декабря 2026 год.

Основное десятидневное меню рациона питания для учащихся детей мобилизованных родителей 1-4 класса общеобразовательных учреждений Самарской области Кинельского района

Утверждаю:

Директор ООО «ККДП»

_____/П.В. Воробьев /

« 01 » декабря 2026г.

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ с. Новый Сарбай

_____ / Лукьянова И.И. /

« 01 » 12 2026 год.

Родительский комитет Кадыр Кадырова А.И.

« 01 » 12 2026 год.

Основное десятидневное меню рациона питания, для детей ОВЗ 1-4 класс учащихся общеобразовательных учреждений Самарской области

Кинельского района

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Сборник рецептур блюд 2011 года Могильный М.П.

Сезон: Осенне-зимний

День: 7

Категория: дети 7-11 лет

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A	D	K	Ca	P	Mg	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак																			
338	Яблоко	100	0,4	4,88	9,8	77	0,02	0,02	4	3	0.00	230,74	14,08	9,57	7,83	1,91	1,76	0,26	7,04
291	Плов из птицы	200	15,09	13,82	34,72	345	0,08	0,09	2,77	261,66	0.00	180,99	31,28	154,19	39,02	1,32	108,88	5,66	139,76
377	Чай с лимоном	200/3,5	0,13	0,02	15,2	57	0.00	0,01	0,56	1,39	0,35	25,32	5,89	7,85	4,19	0,78	0.00	0,01	1,36
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	101	0,04	0,12	0.00	0.00	0,12	37,2	16	26	5,6	0,44	1,28	2,4	9,8
Итого за Завтрак		544	18,86	19,12	79,24	580	0,14	0,24	7,33	266,05	0,47	474,25	67,25	197,61	56,64	4,45	111,92	8,33	157,96
Обед																			
35	Салат картофельный	60	1,82	5,37	9,28	97	0,08	0,05	7,4	1,51	0.00	420,7	12,03	51,05	18,88	0,77	4,14	0,28	26,81
113	Суп-лапша домашняя с цыпленком	10/200	5,63	6,51	27,03	210	0,05	0.00	1	0,14		0.00	13,16	53,46	7,95	0,64			
Акт	Капуста тушенная с курицей	200	13,24	13,8	33,42	279	0,06	0.00	79,36	0,11		0.00	112,71	143,48	42,16	2,18			
389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,35	0,08	19,31	83	0,02	0.00	4	0.00	0.00	0.00	14	14	8	0,6	0.00	0.00	0.00
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	74	0,03	0,09	0.00	0.00	0,09	27,9	12	19,5	4,2	0,33	0,96	1,8	7,35
ПР	Хлеб ржано пшеничный	30	2,4	1,02	12,66	67	0,05	0,24	0,12	0.00	0,24	73,5	19,5	47,4	14,1	1,17	0.00	9,27	4,35
Итого за Обед		730	25,87	27,08	116,34	810	0,29	0,38	91,88	1,76	0,33	522,1	183,4	328,89	95,29	5,69	5,1	11,35	38,51
Итого за день		1274	44,7	46,2	196	1390	0,73	0,65	110,53	243,25	0,8	875,12	251,99	593,5	150,02	9,78	185,73	13,84	99,71

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Сборник рецептур блюд 2011 года Могильный М.П.

Сезон: Осенне-зимний

День: 8

Категория: дети 7-11 лет

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A	D	K	Ca	P	Mg	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Завтрак																			
ПР	Икра кабачковая	60	1,64	6,14	8,73	97	0,01	0.00	4,2	0.00	0.00	0.00	24,6	22,2	9	0,42	0.00	0.00	0.00
278	Тефтели тушеные в соусе	100	6,73	6,35	5,66	117	0,17	0,07	1,88	0,04	0,02	43,79	17	78,76	7,69	0,98	36,66	0,65	14,31
302/171	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,01	6,09	24,56	157	0,22	0,12	0.00	14,36	0,07	226,52	16,86	187,07	124,43	4,2	37,27	3,63	14,57
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	25,01	114	0.00	0.00	0,25	12	0.00	0.00	39,96	3,46	1,7	0,11	0.00	0.00	0.00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	101	0,04	0,12	0.00	0.00	0,12	37,2	16	26	5,6	0,44	1,28	2,4	9,8
Итого за Завтрак		550	17,28	19,07	83,48	586	0,44	0,31	6,33	26,4	0,21	307,51	114,42	317,49	148,42	6,15	75,21	6,68	38,68
Обед																			
49	Салат "Витаминный"	60	1,99	3,73	13,3	93	0,01	0,01	3,99	180,51	0.00	64,07	15,51	17,01	7,81	0,24	1	1,36	6,63
99	Суп из овощей с птицей	200	2,43	4,75	10,53	106	0,06	0,04	7,68	168,82	0.00	263,78	28,13	41,45	16,77	0,66	73,61	1,59	18,09
229	Рыба, тушенная с овощами	100	8,95	8,56	22,1	177	0,06	0,06	3,22	363,8	10,11	266,73	33,51	147,86	39,92	0,76	118,2	8,74	394,55
312	Пюре картофельное с м/сливоч	150	3,06	6,09	19,53	158	0,12	0,11	10,38	18,78	0,07	633,24	40,96	84,62	28,69	1,07	60,23	0,75	37,94
376	Чай с сахаром	200	3,26	1,25	8,23	58	0.00	0,01	0.00	0,3	0.00	20,58	4,66	7,18	3,83	0,76	0.00	0.00	0.00
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	74	0,03	0,09	0.00	0.00	0,09	27,9	12	19,5	4,2	0,33	0,96	1,8	7,35
ПР	Хлеб ржано пшеничный	30	2,4	1,02	12,66	67	0,05	0,24	0,12	0.00	0,24	73,5	19,5	47,4	14,1	1,17	0.00	9,27	4,35
Итого за Обед		770	24,5	25,7	101	756	0,34	0,58	155,39	818,71	10,51	1333,82	162,01	361,24	114,69	4,55	254	23,51	468,91
Итого за день		1320	41,8	44,8	184	1342	0,78	0,89	161,72	845,11	10,72	1641,33	276,43	678,73	263,11	10,7	329,21	30,19	507,59