

«Согласовано»

Директор КОУ ХИМАО-Югры
"Нижневартовская школа для
обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья №2"

Кирбенёва А.А.

2025г.

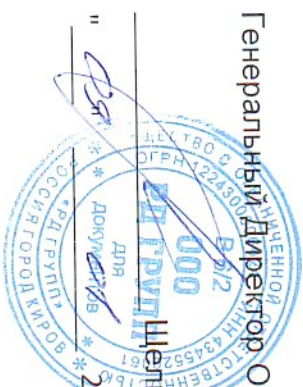


«Согласовано»

Генеральный директор ООО «РД ГРУПП»

Щелкунов Д.В.

2025г.



**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
КОУ "НИЖНЕВАРТОВСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ № 2"**

Возрастная категория: *школьники 7-11 лет*

(ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

КОУ ХМАО-Югры "Нижневартовская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья №2"

Кирбенева А.А.

Директор ООО «РД ГРУПП» Д.В.

Меню приготовления блюд, в соответствии с СанПин 2.3/2.4.3590-20

Основное меню для учащихся Нижневартовская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья №2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 Неделя							
День 1 (Понедельник)							
Завтрак	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, крупа пшеница, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	4,79	8,95	23,72	194,48	ТК №229-П
	Сыр полутвердый (норвичи)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	ТК №75-П
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 3,2%)	180	1,58	1,35	9,25	55,43	ТК №465-П
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
	Итого за завтрак:	545	16,38	19,83	59,99	485,41	
		Овощи натуральные соленые (помидоры соленые)	90	0,99	0,09	1,44	14,40
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями (картошка потрошёная 1 кат., картофель, морковь, лук репчатый, макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	7,25	5,69	14,52	137,69	ТК №79-Т
	Рагу из курицы (курица, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180	19,71	15,65	15,39	281,30	ТК №376-П
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	180	0,34	0,00	15,39	62,90	ТК №495-П



Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	TK №574-П
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	TK №573-П
Итого за обед:	750	36,09	22,59	91,39	716,29	

Итого за день 1:	52,47	42,41	151,38	1201,70	
-------------------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--

День 2 (Вторник)

Завтрак	Каша манная молочная жидкая (крупа манная, сахар, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,70	8,89	26,85	210,27	TK №230-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	TK №457-П
	Масло сливочное порционными (масло сливочное 72,5%)	10	0,08	7,25	0,13	66,10	TK №79-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	TK №573-П
	Кондитерские изделия	40	0,55	1,90	18,60	91,50	TK №580-П
	Итого за завтрак:	500	10,33	18,49	78,23	518,31	

Обед	Салат витаминный (капуста белокочанная, морковь, яблоки свежие, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная)	90	1,08	4,59	4,95	65,70	TK №2-П
	Борщ с капустой и картофелем (говядина 1 кат., картофель, капуста белокочанная свежая, морковь, лук репчатый, свекла, томатная паста, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	200	4,25	6,88	8,32	112,19	TK №62-Т
	Рыба запеченная (минтай (или треска), лук репчатый, яйцо куриное 1 кат., мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	100	15,57	6,87	8,04	156,95	TK №301-П

Итого за обед:	Пюре картофельное (картофель, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,07	5,73	20,10	144,29	TK №377-П
	Компот из ягод замороженных (смесь ягод замороженных, сахар)	180	0,17	0,06	6,92	28,92	TK №491-П
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	TK №574-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	TK №573-П
	Итого за день 2:	820	31,93	25,29	92,98	728,04	

Итого за день 2:	42,26	43,78	171,21	1246,35	
-------------------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--

День 3 (Среда)							
Завтрак	Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" (хлопья овсяные "Геркулес", молоко 2,5%, сахар, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	8,21	11,47	30,67	258,83	ТК №234-П
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко 2,5%)	180	1,84	1,37	9,41	57,63	ТК №462-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	ТК №573-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
	Итого за завтрак:	530	14,25	13,63	74,48	477,87	
Обед:	Салат "Зимний" (картофель, горошек зеленый консервированный, огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	90	1,59	4,98	8,85	86,53	ТК №30-Т
	Суп-лапша домашняя (курица потрошенная I кат., морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, мука пшеничная, яйцо куриное I кат.)	200	7,30	7,18	10,26	134,19	ТК №128-П
	Плов из курицы (курица, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	9,20	6,15	18,60	167,25	ТК №375-П
	Напиток из шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	180	0,58	0,22	13,63	58,83	ТК №496-П
Итого за обед:	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	ТК №574-П
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	ТК №573-П
	Итого за обед:	740	28,03	19,90	104,92	710,80	
Итого за день 3:		42,28	33,53	179,40	1188,67		
День 4 (Четверг)							
Завтрак	Омлет с колбасой (яйцо куриное I кат., колбаса вареная молочная (или сосиски молочные), молоко 2,5%, масло растительное, соль йодированная)	150	15,02	18,49	3,00	238,54	ТК №272-П
	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	0,08	7,25	0,13	66,10	ТК №79-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
Итого за день 4:	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	ТК №573-П
	Итого за день 4:						

Итого за завтрак:		100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
Фрукт свежий		500	18,74	26,51	40,66	476,08	
Сагат из свежлы с сырром (свеглы, сыр твердый (полутвердый), масло растительное, соль йодированная)		90	2,63	6,62	6,35	95,43	ТК №32-П
Ши из свежей капуста с картофелем (говядина I кат., картофель, капуста белокочанная свежая, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, томатная паста, сметана 15%)		200	4,34	6,92	6,38	105,11	ТК №66-Т
Обед							
Жаркое по-домашнему из говядины (говядина, картофель, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, лавровый лист)		150	15,62	10,02	15,97	216,57	ТК №174-Т
Кисель из концентрата плодОВОГОДНОГО (концентрат киселя плодОВОГОДНОГО, сахар)		180	0,00	0,00	17,09	68,35	ТК №484-П
Хлеб ржаной		55	4,40	0,83	22,06	113,30	ТК №574-П
Хлеб пшеничный		55	4,18	0,44	27,06	128,70	ТК №573-П
Итого за обед:		730	31,16	24,82	94,90	727,46	
Итого за день 4:			49,90	51,33	135,56	1203,54	
День 5 (Пятница)							
Каша рисовая молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, сахар, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)		200	4,69	8,81	27,59	208,43	ТК №236-П
Завтрак							
Кондитерские изделия		40	0,55	1,90	18,60	91,50	ТК №580-П
Хлеб пшеничный		50	1,75	0,18	11,32	53,82	ТК №573-П
Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)		200	6,80	5,00	11,00	116,20	ТК №470-П
Итого за завтрак:		490	13,79	15,90	68,51	469,95	
Винегрет овощной (картофель, свеглы, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)		90	1,44	5,58	5,94	79,20	ТК №47-П

Обед	Суп картофельный с бобовыми (курица потрошёная 1 кат., картофель, морковь, лук репчатый, горох лущеный, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	9,58	7,01	14,90	160,34	ТК №113-П
	Биточки из курицы (курица, молоко 2,5%, хлеб пшеничный, масло растительное, соль йодированная)	90	13,47	11,80	8,04	192,24	ТК №372-П
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,67	3,10	22,30	135,78	ТК №202-П
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	180	0,34	0,00	15,39	62,90	ТК №495-П
	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	ТК №574-П
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	ТК №573-П
	Итого за обед	790	35,74	28,41	102,29	806,46	
	Итого за день 5:		49,53	44,30	170,80	1276,40	
		Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	
			Белки	Жиры	Углеводы		
Среднее значение за 1 неделю по завтракам:	513	14,70	18,87	64,37	485,52	20%	
Среднее значение за 1 неделю по обедам:	766	32,59	24,20	97,29	737,81	30%	
Среднее значение за 1 неделю по дням:		47,29	43,07	161,67	1223,33		
2 Неделя							
День 6 (Понедельник)							
Завтрак	Каша пшениная молочная с маслом сливочным (крупа пшениная, сахар, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	160	5,37	8,90	24,27	198,65	ТК №235-П
	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	ТК №75-П
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 2,5%)	180	1,58	1,35	9,25	55,43	ТК №465-П
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	ТК №573-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
	Итого за завтрак:	500	16,59	19,74	58,08	477,89	

	Овоши натуральные соленые (огурцы соленые)	90	0,72	0,09	1,53	11,70	ТК №53-Т
	Суп из овощей (курица потрошенная I кат., картофель, капуста белокочанная свежая, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	200	6,67	8,84	7,72	136,53	ТК №116-П
Обед	Суфле из курицы (курица, яйцо куриное I кат., молоко 2,5%, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	90	11,31	13,01	2,44	172,00	ТК №368-П
	Шюре картофельное (картофель, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,07	5,73	20,10	144,29	ТК №377-П
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	180	0,34	0,00	15,39	62,90	ТК №495-П
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	ТК №574-П
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	ТК №573-П
	Итого за обед	770	26,79	28,36	73,96	659,41	
Итого за день 6:		43,38	48,10	132,05	1137,30		
День 7 (Вторник)							
	Омлет натуральный (яйцо куриное I кат., молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	200	17,27	23,67	4,23	298,96	ТК №268-П
Завтрак	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	0,08	7,25	0,13	66,10	ТК №79-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	50	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П
	Кондитерские изделия	40	0,55	1,90	18,60	91,50	ТК №580-П
	Итого за завтрак:	500	20,76	33,15	48,24	571,89	
	Салат из капусты белокочанной (капуста белокочанная, морковь, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная)	90	1,40	4,89	3,81	64,85	ТК №1-П

Обед	Борщ с фасолью и картофелем (картофель, морковь, лук репчатый, свекла, фасоль, томатная паста, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	200	2,94	5,10	11,81	104,99	ТК №96-П	
	Печень говяжья по-строгановски (печень говяжья, мука пшеничная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	90	16,16	5,29	5,64	134,80	ТК №356-П	
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,62	3,82	28,42	166,52	ТК №256-П	
	Компот из ягод замороженных (смесь ягод замороженных, сахар)	180	0,17	0,06	6,92	28,92	ТК №491-П	
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	ТК №574-П	
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	ТК №573-П	
	Итого за обед:	830	34,65	20,54	110,18	764,08		
	Итого за день 7:		55,41	53,70	158,41	1335,97		
	День 8 (Среда)							
	Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,62	8,87	32,27	231,44	ТК №233-П
Чай с молоком (чай черный высшего сорта, сахар, молоко 2,5%)		180	1,40	1,03	9,21	51,68	ТК №460-П	
Хлеб пшеничный		65	4,94	0,52	31,98	152,10	ТК №573-П	
Фрукт свежий		100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П	
Итого за завтрак:	545	12,36	10,82	83,25	479,61			
	Салат картофельный с зеленым горошком (картофель, горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	90	2,25	5,67	7,47	90,00	ТК №42-П	
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина I кат. (или говядина б/к), картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, яйцо куриное I кат., соль йодированная)	200	5,41	3,45	11,83	100,03	ТК №80-Т	

Обед

Котлета рыбная (минтай (или треска), молоко 2,5%, хлеб пшеничный, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	100	12,86	4,73	10,16	134,59	ТК №307-П
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,57	4,77	36,05	201,41	ТК №385-П
Напиток из шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	180	0,58	0,22	13,63	58,83	ТК №496-П
Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	ТК №574-П
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П
Итого за обед:	785	29,72	19,56	108,39	728,56	
Итого за день 8:		42,08	30,38	191,64	1208,17	

День 9 (Четверг)

Запеканка из творога (творог 5%, сахар, мука пшеничная, яйцо куриное 1 кат., сметана 15%, сухари панировочные, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная, ванилин)	150	17,49	8,47	16,50	212,19	ТК №279-П
Молоко стуженное (молоко стуженное 8,5%)	20	1,44	1,70	11,10	65,40	ТК №471-П
Чай с лимоном (чай черный высшего сорта, сахар, лимон)	180	0,22	0,04	7,39	31,70	ТК №459-П
Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70	ТК №573-П
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
Итого за завтрак:	505	23,73	11,05	71,85	482,39	

Обед

Салат из свеклы с соевыми огурами (свекла, огуры соевые, масло растительное)	90	1,17	5,49	5,58	75,60	ТК №31-П
Суп картофельный с пшенной крупой "Полевой" (говядина 1 кат., картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшенная, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	4,51	3,81	11,82	99,59	ТК №114/1-П
Бигус с говядиной (говядина, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	18,38	10,22	8,99	201,44	ТК №329-П
Кисель из концентрата плодовоягодного (концентрат киселя плодовоягодного, сахар)	180	0,00	0,00	17,09	68,35	ТК №484-П

Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	ТК №574-П
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	ТК №573-П
Итого за обед:	740	33,41	20,90	97,05	708,98	

Итого за день 9:		57,14	31,95	168,90	1191,36	
-------------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	--

День 10 (Пятница)

Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (крупа пшеничная, сахар, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,28	8,56	24,06	194,35	ТК №232-П
	Кондитерские изделия	40	0,55	1,90	18,60	91,50	ТК №580-П
	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,76	70,20	ТК №573-П
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)	200	6,80	5,00	11,00	116,20	ТК №470-П
	Итого за завтрак:	490	14,91	15,70	68,42	472,25	

Салат из капусты белокочанной с кукурузой (капуста белокочанная, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная)	90	1,56	4,95	5,45	72,57	ТК №1/1-П
--	----	------	------	------	-------	-----------

Суп рыбный из консервов (консервы рыбные натуральные, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,08	6,27	13,90	132,28	ТК №84-Т
--	-----	------	------	-------	--------	----------

Кнедли из курицы с рисом (курица, крупа рисовая, молоко 2,5%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	90	11,08	10,63	4,75	159,04	ТК №371-П
---	----	-------	-------	------	--------	-----------

Картофель, запеченный в сметанном соусе (картофель, сыр твердый (полутвердый), сметана 15%, мука пшеничная, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,48	8,02	17,42	155,78	ТК №181-П
---	-----	------	------	-------	--------	-----------

Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	180	0,34	0,00	15,39	62,90	ТК №495-П
Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	ТК №574-П
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П

Итого за обед:	775	26,59	30,60	86,15	726,27	
Итого за день 10:		41,50	46,29	154,57	1198,52	

	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	
		Белки	Жиры	Углеводы		
Среднее значение за 2 недели по завтракам:	508	17,67	18,09	65,97	496,81	20%
Среднее значение за 2 недели по обедам:	780	30,23	23,99	95,15	717,46	30%
Среднее значение за 2 недели по дням:		47,90	42,08	161,11	1214,26	