"Утверждаю"

Директор

**МБОУ СОШ №11 г. Кирова** **вторник** **19.09.23**

**Дети 7-11лет 1 смена**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| Котлета по-хлыновски 90 | 366 | 90 | 14,67 | 21,11 | 6,49 | 273,34 | 0,10 | 4,50 | 13,20 | 3,36 | 28,21 | 171,22 | 25,00 | 2,26 |
| Каша гречневая рассыпчатая 150 | 202 | 150 | 5,46 | 5,25 | 30,24 | 190,02 | 0,24 | | 27,00 | 0,06 | 41,21 | 135,90 | 91,27 | 3,64 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Итого за Завтрак | | 515 | 26,01 | 28,10 | 96,37 | 746,30 | 0,51 | 10,90 | 40,52 | 4,39 | 113,50 | 374,40 | 136,79 | 7,47 |

**Дети 7-11лет 2 смена**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем 200 | 95 | 200 | 1,38 | 4,17 | 10,15 | 83,99 | 0,04 | 14,63 | 74,28 | 1,87 | 40,10 | 38,34 | 19,77 | 0,89 |
| Сметана | 531 | 10 | 0,25 | 2,00 | 0,34 | 20,60 | 0,00 | 0,05 | 16,00 | 0,04 | 8,60 | 6,00 | 0,80 | 0,02 |
| Котлета по-хлыновски 90 | 366 | 90 | 14,67 | 21,11 | 6,49 | 273,34 | 0,10 | 4,50 | 13,20 | 3,36 | 28,21 | 171,22 | 25,00 | 2,26 |
| Каша гречневая рассыпчатая 150 | 202 | 150 | 5,46 | 5,25 | 30,24 | 190,02 | 0,24 | | 27,00 | 0,06 | 41,21 | 135,90 | 91,27 | 3,64 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Батон 25 | 13,35 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,63 | 65,75 | 0,03 | | 0,00 | 0,43 | 4,75 | 16,25 | 3,25 | 0,30 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Итого за Обед | | 700 | 25,76 | 33,54 | 94,24 | 785,14 | 0,52 | 25,58 | 130,79 | 5,87 | 157,45 | 402,49 | 154,11 | 8,08 |

**Для учащихся из м/о семей**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем 250 | 95 | 250 | 1,74 | 5,21 | 12,79 | 105,51 | 0,05 | 18,50 | 93,90 | 2,34 | 49,59 | 48,45 | 24,90 | 1,12 |
| Сметана | 531 | 10 | 0,25 | 2,00 | 0,34 | 20,60 | 0,00 | 0,05 | 16,00 | 0,04 | 8,60 | 6,00 | 0,80 | 0,02 |
| Котлета по-хлыновски 100 | 366 | 100 | 16,25 | 22,82 | 7,10 | 297,50 | 0,11 | 5,00 | 14,67 | 3,51 | 30,39 | 189,37 | 27,58 | 2,50 |
| Каша гречневая рассыпчатая 180 | 202 | 180 | 6,55 | 6,30 | 36,28 | 228,03 | 0,29 | | 32,40 | 0,08 | 49,67 | 163,08 | 109,54 | 4,37 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Итого за Обед | | 815 | 30,67 | 38,08 | 116,16 | 934,57 | 0,62 | 29,95 | 157,30 | 6,93 | 182,33 | 474,18 | 183,33 | 9,58 |

**ОВЗ 5-11 классы**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая 150 | 202 | 150 | 5,46 | 5,25 | 30,24 | 190,02 | 0,24 | | 27,00 | 0,06 | 41,21 | 135,90 | 91,27 | 3,64 |
| Котлета по-хлыновски 90 | 366 | 90 | 14,67 | 21,11 | 6,49 | 273,34 | 0,10 | 4,50 | 13,20 | 3,36 | 28,21 | 171,22 | 25,00 | 2,26 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Сыр порциями. | 23 | 40 | 10,72 | 10,08 | | 133,60 | 0,01 | | 71,60 | 0,08 | 400,00 | 216,00 | 20,00 | 0,44 |
| Каша ячневая молочная с маслом 250/10 | 220 | 250 | 9,39 | 11,30 | 49,92 | 344,10 | 0,21 | 1,38 | 75,25 | 1,07 | 219,75 | 317,12 | 48,01 | 1,21 |
| Чай с сахаром и лимоном 200/7 | 186 | 207 | 0,41 | 0,01 | 15,13 | 63,46 | 0,00 | 2,90 | 0,64 | 0,01 | 17,23 | 9,79 | 7,28 | 0,95 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Итого за Завтрак | | 1 012 | 46,53 | 49,49 | 161,43 | 1 287,45 | 0,73 | 15,18 | 188,01 | 5,55 | 750,48 | 917,31 | 212,08 | 10,07 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем 250 | 95 | 250 | 1,74 | 5,21 | 12,79 | 105,51 | 0,05 | 18,50 | 93,90 | 2,34 | 49,59 | 48,45 | 24,90 | 1,12 |
| Сметана | 531 | 10 | 0,25 | 2,00 | 0,34 | 20,60 | 0,00 | 0,05 | 16,00 | 0,04 | 8,60 | 6,00 | 0,80 | 0,02 |
| Котлета по-хлыновски 100 | 366 | 100 | 16,25 | 22,82 | 7,10 | 297,50 | 0,11 | 5,00 | 14,67 | 3,51 | 30,39 | 189,37 | 27,58 | 2,50 |
| Каша гречневая рассыпчатая 180 | 202 | 180 | 6,55 | 6,30 | 36,28 | 228,03 | 0,29 | | 32,40 | 0,08 | 49,67 | 163,08 | 109,54 | 4,37 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Итого за Обед | | 815 | 30,67 | 38,08 | 116,16 | 934,57 | 0,62 | 29,95 | 157,30 | 6,93 | 182,33 | 474,18 | 183,33 | 9,58 |

**Дети ОВЗ 1-4 класс 1 смена**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| Сыр порциями. | 23 | 40 | 10,72 | 10,08 | | 133,60 | 0,01 | | 71,60 | 0,08 | 400,00 | 216,00 | 20,00 | 0,44 |
| Каша ячневая молочная с маслом 200/10 | 220 | 210 | 7,53 | 10,49 | 39,93 | 288,36 | 0,17 | 1,10 | 69,20 | 0,88 | 176,13 | 254,29 | 38,41 | 0,97 |
| Чай с сахаром и лимоном 200/7 | 186 | 207 | 0,41 | 0,01 | 15,13 | 63,46 | 0,00 | 2,90 | 0,64 | 0,01 | 17,23 | 9,79 | 7,28 | 0,95 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Итого за Завтрак | | 507 | 22,41 | 22,03 | 80,31 | 616,92 | 0,23 | 4,00 | 141,45 | 1,82 | 602,86 | 512,58 | 72,19 | 2,96 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем 200 | 95 | 200 | 1,38 | 4,17 | 10,15 | 83,99 | 0,04 | 14,63 | 74,28 | 1,87 | 40,10 | 38,34 | 19,77 | 0,89 |
| Сметана | 531 | 10 | 0,25 | 2,00 | 0,34 | 20,60 | 0,00 | 0,05 | 16,00 | 0,04 | 8,60 | 6,00 | 0,80 | 0,02 |
| Котлета по-хлыновски 90 | 366 | 90 | 14,67 | 21,11 | 6,49 | 273,34 | 0,10 | 4,50 | 13,20 | 3,36 | 28,21 | 171,22 | 25,00 | 2,26 |
| Каша гречневая рассыпчатая 150 | 202 | 150 | 5,46 | 5,25 | 30,24 | 190,02 | 0,24 | | 27,00 | 0,06 | 41,21 | 135,90 | 91,27 | 3,64 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Батон 25 | 13,35 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,63 | 65,75 | 0,03 | | 0,00 | 0,43 | 4,75 | 16,25 | 3,25 | 0,30 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Итого за Обед | | 700 | 25,76 | 33,54 | 94,24 | 785,14 | 0,52 | 25,58 | 130,79 | 5,87 | 157,45 | 402,49 | 154,11 | 8,08 |

**ОВЗ 1-4 класс 2 смена**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем 200 | 95 | 200 | 1,38 | 4,17 | 10,15 | 83,99 | 0,04 | 14,63 | 74,28 | 1,87 | 40,10 | 38,34 | 19,77 | 0,89 |
| Сметана | 531 | 10 | 0,25 | 2,00 | 0,34 | 20,60 | 0,00 | 0,05 | 16,00 | 0,04 | 8,60 | 6,00 | 0,80 | 0,02 |
| Котлета по-хлыновски 90 | 366 | 90 | 14,67 | 21,11 | 6,49 | 273,34 | 0,10 | 4,50 | 13,20 | 3,36 | 28,21 | 171,22 | 25,00 | 2,26 |
| Каша гречневая рассыпчатая 150 | 202 | 150 | 5,46 | 5,25 | 30,24 | 190,02 | 0,24 | | 27,00 | 0,06 | 41,21 | 135,90 | 91,27 | 3,64 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Батон 25 | 13,35 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,63 | 65,75 | 0,03 | | 0,00 | 0,43 | 4,75 | 16,25 | 3,25 | 0,30 |
| Итого за Обед | | 700 | 25,76 | 33,54 | 94,24 | 785,14 | 0,52 | 25,58 | 130,79 | 5,87 | 157,45 | 402,49 | 154,11 | 8,08 |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное порционное | 12,11 | 20 | 0,20 | 14,50 | 0,28 | 132,40 | 0,00 | | 90,00 | 0,20 | 4,80 | 6,00 | 0,10 | 0,20 |
| Сыр порциями | 23 | 30 | 8,04 | 7,56 | | 100,20 | 0,00 | | 53,70 | 0,06 | 300,00 | 162,00 | 15,00 | 0,33 |
| Каша ячневая молочная с маслом 200/10 | 220 | 210 | 7,53 | 10,49 | 39,93 | 288,36 | 0,17 | 1,10 | 69,20 | 0,88 | 176,13 | 254,29 | 38,41 | 0,97 |
| Чай с сахаром и лимоном 200/7 | 186 | 207 | 0,41 | 0,01 | 15,13 | 63,46 | 0,00 | 2,90 | 0,64 | 0,01 | 17,23 | 9,79 | 7,28 | 0,95 |
| Батон 25 | 13,35 | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,63 | 65,75 | 0,03 | | 0,00 | 0,43 | 4,75 | 16,25 | 3,25 | 0,30 |
| Итого за Полдник | | 492 | 18,06 | 33,28 | 67,96 | 650,17 | 0,21 | 4,00 | 213,54 | 1,58 | 502,91 | 448,33 | 64,04 | 2,75 |

**ОВД11 Для детей участников СВО 1 смена**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| Котлета по-хлыновски 100 | 366 | 100 | 16,25 | 22,82 | 7,10 | 297,50 | 0,11 | 5,00 | 14,67 | 3,51 | 30,39 | 189,37 | 27,58 | 2,50 |
| Каша гречневая рассыпчатая 180 | 202 | 180 | 6,55 | 6,30 | 36,28 | 228,03 | 0,29 | | 32,40 | 0,08 | 49,67 | 163,08 | 109,54 | 4,37 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Итого за Завтрак | | 555 | 28,68 | 30,87 | 103,03 | 808,46 | 0,56 | 11,40 | 47,40 | 4,55 | 124,14 | 419,73 | 157,63 | 8,45 |

**Для детей участников СВО 2 смена**

| Наименование блюд | Рецептура | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | B1 | C | A | E | Кальций | Фосфор | Магний | Железо |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем 250 | 95 | 250 | 1,74 | 5,21 | 12,79 | 105,51 | 0,05 | 18,50 | 93,90 | 2,34 | 49,59 | 48,45 | 24,90 | 1,12 |
| Сметана | 531 | 10 | 0,25 | 2,00 | 0,34 | 20,60 | 0,00 | 0,05 | 16,00 | 0,04 | 8,60 | 6,00 | 0,80 | 0,02 |
| Котлета по-хлыновски 100 | 366 | 100 | 16,25 | 22,82 | 7,10 | 297,50 | 0,11 | 5,00 | 14,67 | 3,51 | 30,39 | 189,37 | 27,58 | 2,50 |
| Каша гречневая рассыпчатая 180 | 202 | 180 | 6,55 | 6,30 | 36,28 | 228,03 | 0,29 | | 32,40 | 0,08 | 49,67 | 163,08 | 109,54 | 4,37 |
| Напиток лимонный | 34 | 200 | 0,48 | 0,02 | 24,14 | 101,44 | 0,01 | 6,40 | 0,32 | 0,03 | 16,33 | 3,53 | 4,02 | 0,26 |
| Хлеб ржаной 25 | 99 | 25 | 1,65 | 0,28 | 10,25 | 50,00 | 0,11 | | | 0,08 | 18,25 | 31,25 | 10,00 | 0,71 |
| Батон 50 | 13,35 | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,25 | 131,50 | 0,06 | | 0,01 | 0,85 | 9,50 | 32,50 | 6,50 | 0,60 |
| Итого за Обед | | 815 | 30,67 | 38,08 | 116,16 | 934,57 | 0,62 | 29,95 | 157,30 | 6,93 | 182,33 | 474,18 | 183,33 | 9,58 |