

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 24

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Болдырев С.Н.

«12» 07 2026 г. /Н.Э. Азиева/
дата подпись
М.П.

«12» 07 2026 г. /С.Н. Болдырев/
дата подпись
М.П.

Двухнедельное меню горячего питания обучающихся, нуждающихся в лечебном питании 12 лет и старше (завтрак)

(Меню составлено на основании приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.09.2020 г. № 1008н «Об утверждении порядка обеспечения пациентов лечебным питанием»)

Пояснение к меню.

Диета №1, 1а, 1б– язва желудка и двенадцатиперстной кишки;

Диета №2– атрофический гастрит, колиты;

Диета №3– запоры;

Диета №4, 4а, 4б, 4в– болезни кишечника с диареей;

Диета №5, 5а– заболевания желчных путей и печени;

Диета № 6– мочекаменная болезнь, подагра;

Диета №7, 7а, 7б, 7в, 7г– хронический и острый нефрит, ХПН;

Диета №8– ожирение;

Диета №9– сахарный диабет;

Диета №10– заболевания сердечно-сосудистой системы;

Диета №11– туберкулез;

Диета №12– заболевания нервной системы;

Диета №13– острые инфекционные заболевания;

Диета №14– болезнь почек с отхождением камней из фосфатов;

Диета №15– заболевания, не требующие особых диет.

Система стандартных диет для детей всех возрастных групп, которая включает в себя пять вариантов диет: основной вариант стандартной диеты (ОВД), вариант диеты с механическим и химическим щажением (щадящая диета, ЩД), вариант диеты с повышенным количеством белка (высокобелковая диета, ВБД), вариант диеты с пониженным количеством белка (низкобелковая диета, НБД), вариант диеты с пониженной калорийностью (низкокалорийная диета, НКД).

№ п/п	Варианты стандартных диет	Обозначения стандартных диет в документации пищеблока	Ранее применяемые диеты номерной системы
1	Основной вариант диеты	ОВД	1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15
2	Вариант диеты с механическим и химическим щажением — щадящая диета	ЩД	1б, 4б, 4в, 5п (1-й вариант)
3	Вариант диеты с повышенным количеством белка — высокобелковая диета	ВБД	4э, 4аг, 5п (2-й вариант), 7в, 7г, 9б, 10б, 11, R-1, R-II
4	Второй вариант диеты с повышенным количеством белка — высокобелковая диета (т)* высокобелковая диета (т)*	ВБД (т)	11
5	Вариант диеты с пониженным количеством белка — низкобелковая диета	НБД	7б, 7а
6	Вариант диеты с пониженной калорийностью — низкокалорийная диета	НКД	8, 8а, 8о, 9а, 10с

*Высокобелковая диета (т) введена приказом Минздравсоцразвития России от 26.04.2006 № 316.

Название диеты	Показания к применению	Общая характеристика, кулинарная обработка
<p>Основной вариант стандартной диеты (ОВД)</p>	<p>Заболевания органов пищеварения: хронический гастрит, хронический гастродуоденит, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, хронический гепатит, цирроз печени, дискинезия желчных путей, холецистит, желчнокаменная болезнь, хронический панкреатит (период ремиссии), синдром раздраженного кишечника. Хронический пиелонефрит, хронический и острый гломерулонефрит с сохраненными функциями почек, хроническая болезнь почек I ст. Гемодиализ. Плановые хирургические вмешательства, кроме органов желудочно-кишечного тракта. Острые инфекционные заболевания и лихорадочные состояния. Заболевания сердечно-сосудистой системы без недостаточности кровообращения. Заболевания центральной нервной системы. Травмы опорно-двигательного аппарата. Хронические неаллергические заболевания кожи. Сахарный диабет 1 и 2 типа с нормальным нутритивным статусом.</p>	<p>Диета физиологически полноценная по содержанию основных пищевых веществ и энергии, с исключением сильных раздражителей пищеварительной секреции и стимуляторов желчевыделения, с повышенным содержанием липотропных веществ.</p> <p>Исключаются: продукты и блюда, содержащие большое количество экстрактивных веществ (крепкие бульоны), жареные, жирные и острые блюда, тугоплавкие жиры (жирные сорта мяса и птицы, сало), кулинарные жиры и маргарины, шоколад.</p> <p>Разрешаются: каши молочные из всех видов круп, отварные макароны и вермишель, молоко и кисломолочные напитки, творог, сметана в блюдах, неострый сыр, яйца (вареные, паровой омлет), супы вегетарианские или на втором бульоне (овощные, овощекрупяные, щи, борщ), молочные супы, блюда из мяса, птицы и рыбы, фрукты и овощи (сырые, отварные), лук в составе блюд, огородная зелень после термической обработки, овощные и фруктово-ягодные соки и напитки, чай, какао, сладости (мед, варенье, пастила, зефир, печенье, мармелад), выпечка собственного приготовления, хлеб пшеничный и ржано-пшеничный, сливочное и растительное масла. Для больных сахарным диабетом углеводный состав продуктов питания подбирается исходя из потребностей и ограничений данной категории пациентов.</p>

		Пища готовится на пару, отваривается, тушится или запекается после отваривания, не измельчается. Дается в теплом виде. Температура блюд - 20 - 60°C. Режим питания дробный, 5 - 6 раз в день.
--	--	---

Меню составлено в соответствии с рекомендациями, указанными в СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

При составлении данного меню использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, указанных в Сборнике технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна Москва 2017 год.

Сырьё, используемое для приготовления изделий разрешено к применению в пищевой промышленности, в том числе для приготовления блюд для детей, и соответствует требованиям действующих нормативных документов, сопровождается документацией, удостоверяющей его качество и безопасность.

Сырьё животного происхождения проходит ветеринарно-санитарную экспертизу в соответствии с ветеринарными правилами и нормами, сопровождается ветеринарными документами, прошедшими регистрацию в ФГИС «Меркурий».

При приготовлении блюд и кулинарных изделий используют соль поваренную пищевую йодированную.

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК														
ЗАВТРАК														
№3 г.Москва 2017г	бутерброды с маслом сливочным и сыром	40/40/5/15	9,66	8,36	33,11	246,32	0,13	51,50	1,15	0,11	173,20	180,70	32,65	2,14
№175 г.Москва 2017г	каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	230/5	6,94	8,14	38,42	254,70	0,12	37,02	0,17	1,10	151,83	174,83	42,80	0,92
№376г.Москва 2017г	чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28
итого:		550	16,67	16,52	86,53	561,48	0,25	88,52	1,32	1,24	336,13	358,33	76,85	3,34

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
ВТОРНИК														
ЗАВТРАК														
№44 г. Челябинск 2005г	рыбные палочки "Любительские"	100	26,00	18,20	15,72	330,68	0,08	36,40	0,51	2,96	67,60	8,04	40,31	16,63
№312 г.Москва 2017г	картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,52	164,60	0,17	0,00	0,22	21,79	44,38	103,92	33,30	1,21
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	0,01	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,00	0,33	0,00	6,00	19,50	4,20	0,34
ПР	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	0,04	0,00	0,28	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
итого:		552	33,40	24,46	76,88	661,26	0,32	36,40	1,35	27,58	139,18	167,46	89,61	19,32

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	СРЕДА													
	ЗАВТРАК													
№ 279 г.Москва 2017	тефтели (2-й вариант) с соусом	110	6,96	16,11	11,61	219,27	0,19	16,22	2,06	0,92	21,62	85,51	17,32	0,88
№302г.Москва 2017г	каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,31	46,37	292,55	0,25	0,00	0,73	0,00	17,78	244,68	162,98	5,47
№349 г.Москва 2017г	компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	0,02	0,00	0,51	0,73	32,48	23,44	17,46	0,70
ПР	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,00	0,33	0,00	6,00	19,50	4,20	0,34
ПР	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24	0,06	0,00	0,42	0,00	10,50	47,40	14,10	1,17
	итого:	550	22,20	24,11	114,77	764,87	0,55	16,22	4,05	1,65	88,38	420,53	216,06	8,56

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	ЧЕТВЕРГ													
	ЗАВТРАК													
№3 г.Москва 2017г	бутерброды с маслом сливочным и сыром	40/40/5/15	9,66	8,36	33,11	246,32	0,13	51,50	1,15	0,11	173,20	180,70	32,65	2,14
№103 г.Пермь 2001г	каша пшенная молочная жидкая с маслом	230/5	6,94	7,82	39,42	255,82	0,14	37,10	0,19	1,13	152,98	176,13	46,96	1,05
№376г.Москва 2017г	чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28
	итого:	550	16,67	16,20	87,53	562,60	0,27	88,60	1,34	1,27	337,28	359,63	81,01	3,47

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			(гр)				(мг)				(мг)			
			белки	жиры	углев.		В1	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	ПЯТНИЦА													
	ЗАВТРАК													
№243 г.Москва 2017г	сосиски отварные	100	11,10	31,10	0,50	326,30	0,18	0,00	0,32	0,00	29,20	159,00	20,00	1,78
№203 г.Москва 2017	макаронные изделия отварные	180	6,85	5,12	38,35	226,88	0,07	24,00	0,10	0,00	14,68	47,63	10,28	1,02
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	0,01	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,00	0,33	0,00	6,00	19,50	4,20	0,34
ПР	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	0,04	0,00	0,28	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
	итого:	552	21,68	36,72	75,49	719,16	0,32	24,00	1,04	2,83	71,08	262,13	46,28	4,28
	всего за неделю:		110,62	118,01	441,20	3269,37	1,71	253,74	9,10	34,57	972,05	1568,08	509,81	38,97

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК														
ЗАВТРАК														
№3 г.Москва 2017г	бутерброды с маслом сливочным и сыром	40/40/5/15	9,66	8,36	33,11	246,32	0,13	51,50	1,15	0,11	173,20	180,70	32,65	2,14
№105 г.Пермь 2001г	каша рисовая молочная жидкая с маслом	230/5	5,29	6,59	32,97	212,35	0,06	41,36	0,21	1,39	131,85	143,73	30,34	0,45
№376г.Москва 2017г	чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28
	ИТОГО:	550	15,02	14,97	81,08	519,13	0,19	92,86	1,36	1,53	316,15	327,23	64,39	2,87

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
ВТОРНИК														
ЗАВТРАК														
№234 г.Москва 2017г	биточек рыбный	100	12,20	7,78	14,68	177,54	0,06	5,20	4,94	0,32	43,48	163,70	38,26	1,44
№312 г.Москва 2017г	картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,52	164,60	0,17	0,00	0,22	21,79	44,38	103,92	33,30	1,21
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	0,01	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,00	0,33	0,00	6,00	19,50	4,20	0,34
ПР	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	0,04	0,00	0,28	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
	ИТОГО:	552	19,60	14,04	75,84	508,12	0,30	5,20	5,78	24,94	115,06	323,12	87,56	4,13

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	СРЕДА													
	ЗАВТРАК													
№294 г.Москва 2017г	котлета рубленная из птицы с соусом	100/30	20,86	11,49	19,58	265,17	0,24	16,83	81,89	1,15	69,02	92,83	26,85	4,32
№203 г.Москва 2017	макаронные изделия отварные	180	6,85	5,12	38,35	226,88	0,07	24,00	0,10	0,00	14,68	47,63	10,28	1,02
№349 г.Москва 2017г	компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	0,02	0,00	0,51	0,73	32,48	23,44	17,46	0,70
ПР	хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,00	0,22	0,00	4,00	13,00	2,80	0,23
ПР	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	0,04	0,00	0,28	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
	итого:	550	31,21	17,10	106,46	704,58	0,39	40,83	83,00	1,88	127,18	208,50	66,79	7,05

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	ЧЕТВЕРГ													
	ЗАВТРАК													
№3 г.Москва 2017г	бутерброды с маслом сливочным и сыром	40/40/5/15	9,66	8,36	33,11	246,32	0,13	51,50	1,15	0,11	173,20	180,70	32,65	2,14
№175 г.Москва 2017г	каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	230/5	6,94	8,14	38,42	254,70	0,12	37,02	0,17	1,10	151,83	174,83	42,80	0,92
№376г.Москва 2017г	чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28
	итого:	550	16,67	16,52	86,53	561,48	0,25	88,52	1,32	1,24	336,13	358,33	76,85	3,34

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			белки	жиры	углев.		В ₁	А	Е	С	Са	Р	Mg	Fe
	ПЯТНИЦА													
	ЗАВТРАК													
№ 279 г.Москва 2017	тефтели (2-й вариант) с соусом	110	6,96	16,11	11,61	219,27	0,19	16,22	2,06	0,92	21,62	85,51	17,32	0,88
№302г.Москва 2017г	каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,31	46,37	292,55	0,25	0,00	0,73	0,00	17,78	244,68	162,98	5,47
№377 г.Москва 2017г	чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	0,01	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
ПР	хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,00	0,22	0,00	4,00	13,00	2,80	0,23
ПР	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	0,04	0,00	0,28	0,00	7,00	31,60	9,40	0,78
	итого:	552	20,25	23,84	89,70	654,36	0,50	16,22	3,30	3,75	64,60	379,19	194,90	7,72
	Всего за неделю:		102,75	86,47	439,61	2947,67	1,63	243,63	94,76	33,34	959,12	1596,37	490,49	25,11
	Всего за период:		213,37	204,48	880,81	6217,04	3,34	497,37	103,86	67,91	1931,17	3164,45	1000,30	64,08
	Среднее значение за период:		21,34	20,45	88,08	621,70	0,33	49,74	10,39	6,79	193,12	316,45	100,03	6,41