

УТВЕРЖДЕНО:

 Директор МАОУ СОШ N10
О.А.Просвирякова

УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор

ООО «Резерв Школьное питание»

 Е. В. Ковбаснюк

**12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 7-11 ЛЕТ
ООО «РЕЗЕРВ ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»**

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Масло сливочное для бутербродов	10	0,1	6,4	0,1	58	№ 157 (1/13/2015)
Неделя 1	Котлеты (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный)	80	9,5	6,4	7,8	135	ТК № 393(608/2013)
День 1	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,8	6,1	30,4	209,1	ТТК № 202
	Кисель витаминизированный (3)	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	500	21,62	20,18	98,58	651,62	
ОБЕД	Витаминная горка (пекинская капуста, горошек зеленый)	80	1,4	3,7	7,56	76,6	ТТК № 156
Неделя 1	Уха (картофель, сайра консерв, лук, морковь, масло раст)	200	6,96	3,52	14,48	116	ТТК № 78
День 1	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый)	160	11	20,8	20,6	230,5	№ 428 (590/2013)
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной с отрубями (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 58
	Булка Сухолюбская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за обед:	740	27,56	30,16	120,04	818,3	

Итого за день

1240

49,18

50,34

218,62

1469,92

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухолюбская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением отрубей
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витамином С

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Запеканка творожная с тыквой, сгущенное молоко	150/20	17,2	19,1	36,4	373,1	ТТК № 248/ТТК 51
День 2	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	№ 1 (685/2004)
	Булка Сухожолжская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	580	19,86	19,74	83,74	587,86	
ОБЕД	Огурцы консервированные	20	0,13	0	0,33	2	ТК № 127 (5/1/2015)
Неделя 1	Борщ с капустой и картофелем, сметана	200/5	1,91	4,34	13	107,3	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81
День 2	Рыба, тушеная с овощами (горбуша)	90	13,8	16,5	20,3	185,7	ТК № 402(371/2004)
	Пюре картофельное	150	3,3	4,8	20,6	189	ТК № 187 (520/2004)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной с отрубями (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 58
	Булка Сухожолжская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за обед:	755	26,62	27,67	117,74	818,78	

Итого за день

1335

46,48

47,41

201,48

1406,64

Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:4

- 1 Булка Сухожолжская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением отрубей

Меню приготавливаемых блюд
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89(97/2004)
День 3	Овощи припущенные	30	0,75	1,05	1,86	20,4	ТТК № 233
	Омлет с картофелем запеченный, масло сливочное	150/5	8,4	9,3	26,3	226,8	ТК № 197(340/2004)/ТТК 49
	Витаминизированное какао (3)	200	3,9	3,1	25,2	145	ТТК № 10
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	605	18,11	16,79	87	583,96	
ОБЕД	Витаминная горка (свекла, сыр, чеснок)	60	1,5	1,9	1,2	14,8	ТК № 104(50/2004)
Неделя 1	Суп-поре из картофеля и кабачков, гренки	200/20	4,06	3,87	20,4	177,04	ТТК № 95/ТК № 77(551/2004)
День 3	Фрикадельки из филе куриного в красном соусе	90	7,7	16,3	8,2	128,3	ТК № 317(63/2003)
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,2	5,4	35,9	242	ТК № 189(297/2004)
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,3	пром
	Хлеб ржаной с отрубями (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 58
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	800	26,88	30,65	128,3	869,96	
Итого за день		1405	44,99	47,44	215,3	1453,92	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2
 Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением отрубей
- 3
 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Паста шоколадная для бутербродов	15	0,36	5,8	2,27	40	ТТК № 43
Неделя 1	Гуляш из филе курицы	90	7,44	4	1,63	83,5	ТТК № 603
День 4	Рис припущенный с овощами	150	3,6	5,6	38	173	ТТК № 191(36/2003)
	Кофейный напиток с молоком	200	4,1	3,3	15,63	138,7	ТТК № 16
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	505	19,6	19,77	84,23	587,3	
ОБЕД	Морковь отварная	30	0,42	0,72	2,01	17,13	ТТК № 195(523/2004)
Неделя 1	Рассольник Ленинградский, сметана	200/5	2,55	3,7	16,8	118,5	ТТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
День 4	Запеканка картофельная с мясом (картофель, говядина, лук репчат, масло сливочн), масло сливочн	150/5	14,12	20,94	12,94	286	ТТК № 204(430/1996)/ ТТК № 49
	Кисель витаминизированный (3)	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Хлеб ржаной с отрубями (2)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 58
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за обед:	700	26,41	27,71	118,73	823,25	
Итого за день		1205	46,01	47,48	202,96	1410,55	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением отрубей
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витамином С

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Рыба (филе минтая) отварная под маринадом	90	9,05	11,14	17,93	141,9	ТК № 616 (2/7/2015)
День 5	Пюре картофельное	150	3,3	4,8	20,6	189	ТК № 187(520/2004)
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	507	19,35	19,71	80,43	573	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	20	0,44	0,08	2,2	11,6	ТТК № 259
Неделя 1	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	5,02	4,19	24,22	157,84	ТК № 76 (168/2004)/ТК № 77(551/2004)
День 5	Тефтели из говядины в красном соусе	90	10,96	18,36	7,24	113,35	ТК № 308(308/2004)
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,75	6	30,4	209	ТТК № 202
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной с отрубями (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 58
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	760	29,73	30,35	130,86	826,15	
Итого за день		1267	49,08	50,06	211,29	1399,15	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2
- Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением отрубей

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Сыр (порциями)	15	3,9	4,1	0	45	ТТК № 89(97/2004)
День 6	Масло сливочное для бутербродов	10	0,1	6,4	0,1	58	ТТК № 157(1/13/2015)
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТТК № 262(1/6/2015)
	Каша молочная пшеничная , масло сливочное	200/5	3,75	4,1	34,27	179,22	ТТК 201/ТТК № 49
	Чай с молоком	200	4,3	3,3	15,67	107	ТТК № 3
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	675	19,61	23,14	83,96	613,98	
ОБЕД	Горошек зеленый	30	0,48	0,72	2,55	19,32	ТТК № 245
Неделя 1	Суп-пюре из разных овощей (картофель, капуста белокоч, морковь, лук репч, молоко, масло сливочн, мука пшеничн), гренки	200/20	5,02	4,19	24,25	183,93	ТТК № 76(29/2/2015)/ТТК № 77(551/2004)
День 6	Печень по-строгановски	100	14,05	15,95	9,55	198,62	ТТК № 431(431/2004)
	Капуста тушеная	150	3,2	5,5	5,27	200,13	ТТК № 192(534/2004)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной с отрубями (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 58
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	780	29,41	28,18	99,83	906,36	

Итого за день **1455** **49,02** **51,32** **183,79** **1520,34**

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной с отрубями - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением отрубей

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Витаминная горка (капуста квашеная)	30	0,78	2,7	5	48,6	ТК № 116 (81/2013)
Неделя 2	Булгур с мясом и овощами (булгур, свинина, овощная смесь замороженн, масло сливочн)	200	13,39	15,88	33,52	294,16	ТТК № 272
День 7	Чай с лимоном	200/10	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	500	19,39	19,86	85,8	585,28	
ОБЕД	Огурцы консервированные	20	0,13	0	0,33	2	ТК № 127 (5/1/2015)
Неделя 2	Борщ Сибирский, сметана	200/5	3,27	3,54	12,8	104,9	ТК № 54(111/2004)/ТТК № 81
День 7	Котлета из рыбы "Нежная"(минтай, морковь, лук, яйцо), соус молочный с морковью и шпинатом	90	14,9	12,4	22,35	181	ТТК № 273/ТТК № 33
	Рис отварной рассыпчатый, овощи припущенные	120/30	4,2	8,8	26,45	240,83	ТК № 214(511/2004)/ТТК № 233
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,3	пром
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	745	27,72	27,82	123,53	825,55	
Итого за день		1245	47,11	47,68	209,33	1410,83	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4,2

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима,весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/10	16,7	19,18	35,4	365,71	ТТК № 258/ТТК № 51
Неделя 2	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	№ 1 (685/2004)
День 8	Сок фруктовый в потребительской упаковке (3)	200	0	0	24	91	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	570	19,36	19,82	89,1	600,97	
ОБЕД	Горошек зеленый	30	0,48	0,72	2,55	19,32	ТТК № 245
Неделя 2	Суп-пюре из тыквы, гренки	200/20	5,98	6,43	26,46	193,04	ТК № 102(169/2004)/ТК № 77(551/2004)
День 8	Колбаски из куриного филе с сыром, соус сырный	90	10,22	15,4	14,79	125,78	ТТК № 283/ТТК № 100
	Отварные макаронные изделия	150	5,4	4,05	27,45	253,05	ТК № 188(516/2004)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	750	27,1	27,98	118,66	834,71	
Итого за день		1320	46,46	47,8	207,76	1435,68	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 3
- Напиток промышленного производства, обогащенный витамином С

Меню приготавливаемых блюд
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	35	№ 89 (97/2004)
Неделя 2	Зразы из дыпленка-бройлера с луком и яйцом, соус сметанный с томатом	90	6,68	7,39	5,75	84	ТТК № 612/ТК № 40(601/2004)
День 9	Каша рассыпчатая гречневая/кабачки тушеные	120/30	6,84	5,34	30,34	179,38	ТК № 189(297/2004)/ТК № 271(46/3/2015)
	Кофейный напиток с молоком	200	4,1	3,3	15,63	138,7	ТТК № 16
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	510	25,14	20,01	83,8	619,6	
ОБЕД	Морковь отварная	20	0,26	0,47	1,33	11,4	№ 195(523/2004)
Неделя 2	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана	200/5	4,4	5,4	10	89,8	ТТК № 99/ТТК № 81
День 9	Мясо тушеное (свинина)	90	11,1	14,85	18,9	175,3	ТТК № 602
	Пюре картофельное, овощи припущенные	130/20	3,3	4,8	20,6	189	ТК № 187(520/2004)/ТТК № 233
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТК № 1(685/2004)
	Хлеб ржаной (2)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	765	27,46	27,66	118,01	822,7	

Итого за день
 1275
 52,6
 47,67
 201,81
 1442,3

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1
- Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 2	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТТК № 89(97/2004)
День 10	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа), масло сливочн	150/5	6,85	15,23	39,14	172,59	ТТК № 236(25/4/2015)/ТТК № 49
	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	625	19,57	24,21	100,78	597,61	
ОБЕД	Свекла отварная	50	0,76	1,17	4,24	32,2	№ 195 (523/2004)
Неделя 2	Суп из бобовых, гречки	200/20	9,5	3,63	28,96	197,04	ТТК № 101/№ 77 (551/2004)
День 10	Зразы из свинины с луком и яйцом, соус сметанный с томатом	90	8,59	16,1	22,9	120,7	ТТК № 612/ТТК № 40(601/2004)
	Капуста тушеная	150	3,2	5,5	5,27	200,13	ТТК № 192(534/2004)
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	770	26,97	27,68	117,37	823,59	
Итого за день		1395	46,54	51,89	218,15	1421,2	

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 3 Витаминизированный напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89(97/2004)
Неделя 2	Суфле из горбуши(горбуша, цветная капуста, молоко, яйцо) соус молочный с морковью и шпинатом	90	9,88	13,89	6,24	83,88	ТТК № 164/ТТК № 33
День 11	Рис отварной рассыпчатый, овощи припущенные	130/20	2,86	4,16	17,85	163,8	ТК № 214(511/2004)/ТТК № 233
	Какао с молоком	200	3,9	3,1	25,2	145	ТК № 18 (693/2004)
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	500	23,34	24,92	75,99	574,78	
ОБЕД	Огурцы консервированные	20	0,13	0	0,33	2	ТК № 127 (5/1/2015)
Неделя 2	Суп-пюре из картофеля, гречки	200/20	5,58	5,47	31,02	199,44	ТК № 84(171/2004)/ТК № 77(551/2004)
День 11	Котлеты (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный), соус сметанный с томатом	90	11,7	8,4	7,8	135	ТК № 393(608/2013)/ТК № 40(601/2004)
	Кускус с овощами	150	4,38	12,83	20,58	235,6	ТТК № 277
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТК № 15 (648/2004)
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	740	27,01	27,98	119,93	821,56	

Итого за день **1240** **50,35** **52,9** **195,92** **1396,34**

Соотношение Б:Ж:У 1:1:4

- 1 Булка Сухоложская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 2	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТТК № 89(97/2004)
День 12	Масло сливочное для бутербродов	10	0,1	6,4	0,1	58	ТТК № 157(1/13/2015)
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТТК № 262(1/6/2015)
	Каша молочная геркулесовая, масло сливочное	150/5	3,14	5,39	33,76	130,29	ТТК № 201/ТТК № 49
	Чай с молоком	200	4,3	3,3	15,67	107	ТТК № 3
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	630	19	24,38	83,45	565,05	
ОБЕД	Кукуруза консервированная	40	0,88	0,16	4,4	23,2	ТТК № 259
Неделя 2	Суп картофельный с горбушей	200/16	5,98	6,43	26,46	193,04	ТТК № 78(133/2004)
День 12	Печень в молочном соусе	90	9,72	18,26	11,64	132,46	ТТК № 375 (10/8/2015)
	Перловка отварная, овощи припущенные	120/30	4,38	3,83	30,35	245,6	ТТК № 257(т 4/2004)/ТТК № 233
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57
	Булка Сухолюбская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	735	26,08	30,06	129,85	878,82	

Итого за день

1365

45,08

54,44

213,3

1443,87

Соотношение Б:Ж:У 1:1,1:4

- 1 Булка Сухолюбская Витаминизированная - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 2 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"