

УТВЕРЖДЕНО:



Директор МБОУ СОШ №10
О.А. Просвирина
01.09.2023

УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор

ООО «Резерв Школьное питание»



Е. В. Ковбаснюк

01.09.2023 г

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

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 063 12 лет и старше

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	Котлета "Домашняя"(телятина, свинина, соль йодированная), соус томатный	100	8,5	10,47	4,2	150	ТТК № 282/ТК № 32 (587/2004)
День 1	Отварные макаронные изделия	180	6,36	7,3	32,9	250,92	ТК № 188 (516/2004)
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	550	22,68	21,75	97,38	680,44	
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/5	2,94	6,75	20,3	164,4	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81
День 1	Мясо тушеное (свинина, томатн паста, морковь, лук репч)	50/50	13,17	11,4	4,22	164,3	ТТК № 602
	Каша рассыпчатая гречневая / овощи припущенные (овощная смесь)	150/30	9,84	14,9	27,48	266,4	ТК № 189(297/2004)/ ТТК № 233
	Напиток из ягодной смеси	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	995	32,71	34,86	137,34	1010,96	
Итого за день		1545	55,39	56,61	234,72	1691,4	

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

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

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 бананово-творожная (творог 9%, банан, яйцо), сгущенное молоко	200/20	17,08	20,5	34,16	363,8	ТТК № 235/ТТК 51
День 2	Витаминизированное какао (3)	200	3,9	3,1	25,2	145	ТТК № 10
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	660	25,9	24,88	109,08	761,82	
ОБЕД	Салат из свежей капусты (капуста белокочанная, масло растительное)	100	1,3	4,5	8,33	81	ТТК № 109
Неделя 1	Суп рыбный с рисом и яйцом (картофель, минтай, рис, яйцо, лук репч, морковь, масло сливочн)	250	7,9	9,33	13	150,3	ТТК № 169
День 2	Фрикадельки из цыпленка-бройлера (филе грудки, масло сливочное, хлеб пшеничи, соль йодированная) /соус сметанный с томатом	100	11,56	10,11	6,67	115,8	ТК № 317 (63/2003)/ТК № 40 (601/2004)
	Пюре картофельное (картофель, молоко мдз 2,5%, масло сливочное 72,5%)	180	3,96	5,76	24,72	226,8	ТК № 187 (520/2004)
	Сок фруктовый в потребительской упаковке(3)	200	0	0	24	91	пром
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,3	пром
	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:	950	33,22	33,64	135,8	992,4	

Итого за день

1610

59,12

58,52

244,88

1754,22

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 витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

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 из рыбы с овощами и рисом (филе минтая, кабачки, рис, масло сливочное, молоко 2,5%, сыр) /овощи припущенные (овощная смесь) /масло сливочное	150/20/5	17,8	21,8	34	380,53	ТТК № 614 /ТТК № 233/ТТК № 49
День 3	Чай с ягодами	200/10	0,3	0,1	14,3	59,6	ТТК № 2
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	625	23,02	23,18	98,02	693,15	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком и сыром	100	2,5	10	7,4	134	ТК № 104 (50/2004)
Неделя 1	Суп-пюре из брокколи и картофеля, гренки	250/20	5,08	4,84	28	198,8	ТТК № 74/ТК № 77(551/2004)
День 3	Шницель (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный, соль йодированная) соус красный основной	100	11,44	11,64	9,7	117,9	ТК № 393 (608/2004) /ТК № 31 (528/1996)
	Отварные макаронные изделия /тыква, тушеная со сметаной	150/30	6,36	7,32	36,5	250,92	ТК № 188 (516/2004) /ТТК № 42
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	920	31,22	35,4	134,41	975,56	
Итого за день		1545	54,24	58,58	232,43	1668,71	

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

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочное, сгущенное молоко, какао)	15	0,54	8,7	3,4	60	ТТК № 43
Неделя 1	Каша молочная рисовая с карамелизованными фруктами (молоко 2,5%, рис, яблоки свежие, масло сливочное, сахар, соль йодированная) / масло сливочное	250/40	11,95	9,95	48,32	296,18	ТТК № 263/ТТК № 49
День 4	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	565	22,61	24,93	95,8	680,7	
ОБЕД	Салат из отварной моркови с растительным маслом	100	1,17	6	10,17	101,7	ТТК № 136
Неделя 1	Суп из овощей (картофель, капуста белокочанная, горошек зеленый консервированный, морковь, лук репчатый, масло сливочное) / сметана (м.ж 15%)	250/5	3,19	4,63	21	148,13	ТТК № 66(135/2004)/ТТК № 81
День 4	Биточки рыбные "Новые" (филе минтая, яйца куриные, лук репчатый, масло сливочное, сметана, сыр) / соус молочный с морковью и шпинатом	100	12,1	8,11	8,07	134,05	ТТК № 173/ТТК № 33
	Пюре картофельное / цветная капуста припущенная	150/30	7,64	14,76	24,36	229,56	ТТК № 187(520/2004)/ТТК № 279
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	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:	935	32,3	35,64	141,08	1008,64	

Итого за день

1500

54,91

60,57

236,88

1689,34

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"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

Менюготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОБЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репч, томатная паста, масло растит) / огурец консервированный	250/30	10,13	14,25	45,05	308,38	ТК № 428 (590/2013)
День 5	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	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:	555	23,05	22,88	92,76	674,6	
ОБЕД	Салат из пекинской капусты с кукурузой	100	0,9	4,5	1,92	57	ТТК № 155
Неделя 1	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	250/5	3,19	4,63	17,25	173,13	ТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
День 5	Гуляш (свинина, лук репч, том паста, масло сливочн)	100	16,8	15,8	9	201,1	ТК № 429(437/2004)
	Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (овощная смесь)	150/30	4,32	7,2	41,16	263,4	ТК № 214 (511/2004) /ТТК № 233
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Хлеб ржаной (2)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	925	32,89	34,05	145,61	1035,41	
Итого за день		1480	55,94	56,93	238,37	1710,01	

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

Действует с 01.09.2023

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

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	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89(97/2004)
Суббота	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТК № 262(1/6/2015)
	Каша молочная пшеничная, масло сливочное	250/5	3,75	8,5	39,2	209,3	ТТК 201/ТТК № 49
	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	740	22,05	23,22	95,82	681,9	
ОБЕД	Кабачковая икра	100	1,9	8,9	7,7	119	пром
Неделя 1	Суп-пюре из картофеля, гренки	250/20	5,08	4,84	28	198,8	ТК № 81 (171/2004) / ТК № 77(551/2004)
Суббота	Голубцы ленивые (капуста белокачанная, свинина, рис, лук репчатый) / соус сметанный с томатом	160/40	17,2	16,7	26,5	276,7	ТТК № 388/ ТК № 40 (601/2004)
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	860	31,56	32,37	134,3	959,28	

Итого за день

1600

53,61

55,59

230,12

1641,18

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 витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

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	Ромштекс "Сочный" (филе куриное)/ соус красный основной	100	9,9	6,1	4,6	115,4	ТТК № 283 / ТК № 32 (587/2004)
День 6	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репч, масло сливочн)	180	4,32	12,72	39,6	253,44	ТК № 191(36/2003)
	Чай с лимоном	200/5	0,3	0	15,2	60	ТК № 2(686/2004)
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	70	5,74	1,5	37,4	222,94	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	565	22,86	23,02	96,8	681,78	
ОБЕД	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	100	0,8	3,4	5,4	54	ТК № 271(46/3/2015)
Неделя 2	Уха (картофель, сайра консервир, лук, морковь, масло раст)	250	7	6,84	15,03	149,3	ТТК № 78
День 6	Зразы из свинины с луком и яйцом /соус сметанный с томатом	100	10,01	13,78	8	129,7	ТТК № 612 /ТК № 40 (601/2004)
	Отварные макаронные изделия	180	6,36	7,3	32,9	250,92	ТК № 188 (516/2004)
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	920	31,75	33,35	134,43	959,7	

Итого за день

1485

54,61

56,37

231,23

1641,48

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 "Валетек - 8"

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

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	Запеканка из творога с морковью (творог 9%, яйцо, молоко 2,5%, морковь, сметана 15%), сгущенное молоко	150/20	15,23	18,35	39,9	349,7	ТК № 270 (52/3/2015) /ТТК 51
День 7	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	15,63	138,7	ТТК № 16
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	590	22,61	22,51	94,57	680,58	
ОБЕД	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные, масло растительное)	100	1	11,3	5	146	ТК № 108 (16/2004)
Неделя 2	Куриный суп с макаронами (филе куриной грудки, макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	250	8,23	6,84	26,3	174,13	ТК № 70 (147/2004)
День 7	Суфле из куриного филе / соус молочный с морковью и шпинатом	100	12,1	12,4	4,22	111,2	ТК № 315 (503/2004) /ТТК № 33
	Пюре картофельное / овощи припущенные (овощная смесь)	150/30	3,78	1,8	32,1	210,4	ТК № 187(520/2004)/ ТТК № 233
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	910	31,67	34,06	134,42	976,09	
Итого за день		1500	54,28	56,57	228,99	1656,67	

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

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Гренки с сыром и шпинатом (булка Сухоложская Витаминизированная, масло сливочное, сыр мдж 45%, шпинат)	45	2,6	3,2	16,5	60,5	ТТК № 172
Неделя 2	Тефтели (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный) / соус красный основной	100	9,7	8	4,8	137,4	ТК № 308 (618/2013) / ТК № 31 (528/1996)
День 8	Каша рассыпчатая гречневая / тыква, припущенная в сливочном масле	150/30	6,42	11,04	25	295,92	ТК № 189 (297/2004) /ТТК № 46
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	565	22,3	23,1	95,9	682,5	
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 2	Салат из пекинской капусты с зеленым горошком	100	1,2	4,6	2,5	61	ТТК № 156
День 8	Борщ Сибирский, сметана	250/5	4	4,4	16	128,5	ТК № 54(111/2004)/ТТК № 81
	Запеканка картофельная с рыбой (картофель, минтай, сливочное масло, лук репчатый) /соус молочный	220/30	22,64	22,11	42,4	406,8	ТТК № 556 //ТК № 37 (1/11/2015)
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Хлеб ржаной (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	Итого за обед:	1065	34,5	32,93	136,75	971,16	

Итого за день

1630

56,8

56,03

232,65

1653,66

Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:4

- 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

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОБЗ 12 лет и старше

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 2	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТК № 262(1/6/2015)
День 9	Масло сливочное для бутербродов	10	0,1	6,4	0,1	58	ТК № 157 (1/13/2015)
	Каша молочная ассорти (рис, греча, молоко 2,5%, сахар, соль йодированная), масло сливочн	250/5	8,06	11,5	39,1	203,24	ТК № 236 (25/4/2015)/ТТК № 49
	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	735	22,56	28,57	95,82	688,84	
ОБЕД	Салат из свежей капусты	100	1,3	4,5	8,33	81	ТТК № 109
Неделя 2	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	7,5	8,04	29,08	181,3	ТК № 76(168/2004)/ТК № 77(551/2004)
День 9	Мясо тушеное (свинина)	50/50	13,17	11,4	4,22	164,3	ТТК № 602
	Булгур /овощи припущенные (овощная смесь)	150/30	4,44	4,08	30,12	218,6	ТТК № 274 /ТТК № 233
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (2)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 57
	Булка Сухолюбская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	Итого за обед:	920	32,35	29,62	134,15	960,14	

Итого за день

1655

54,91

58,19

229,97

1648,98

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 - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023 г

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочн, сгущенное молоко, какао)	15	0,54	8,7	3,4	60	ТТК № 43
Неделя 2	Котлета из рыбы "Нежная"(минтай, морковь, лук репчатый, масло сливочное) / соус молочный	100	10,3	5,7	9,9	128,11	ТТК № 273 / ТК № 37 (1/11/2015)
День 10	Пюре картофельное (картофель, молоко мдж 2,5%, масло сливочное 72,5%)	180	3,96	5,76	24,72	226,8	ТК № 187 (520/2004)
	Витаминизированное какао (3)	200	3,9	3,1	25,2	145	ТТК № 10
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	555	23,62	24,54	95,3	742,43	
ОБЕД	Салат из отварной моркови с яблоками и растительным маслом	100	1	6,7	6,5	80	ТТК № 142
Неделя 2	Сырный суп с овощами (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, сыр, молоко, масло сливочное)	250	5,75	6,8	18	190,6	ТТК № 55
День 10	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	220	15,62	14,85	31,1	364	ТК № 428 (590/2013)
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,2	пром
	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:	890	30,87	32,29	138,68	1053	
Итого за день		1445	54,49	56,83	233,98	1795,43	

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 витаминами

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2023

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

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	Паста шоколадная для бутербродов	15	0,54	8,7	3,4	60	ТТК № 43
Суббота	Каша молочная геркулесовая, масло сливочн	200/5	12,2	8,3	30,9	230,3	ТТК № 201/ТТК № 49
	Коктейль молочный (3)	200	5,2	5	12	142	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за завтрак:	660	22,86	23,28	96,02	685,32	
ОБЕД	Салат из свежей капусты (с кукурузой)	100	1,4	4,5	8,6	82	ТТК № 109
Неделя 2	ПЦи из свежей капусты и картофеля , сметана	250/10	4,7	6,4	19,1	148	ТТК № 58(124/2004) ТТК
Суббота	Азу (картофель, свинина, лук, огурцы консерв, томатная паста, масло растит, чеснок)	200	15,93	19,1	18,7	307,6	ТТК № 399 (596/2013)
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	Хлеб ржаной (2)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	Итого за обед:	880	31,87	32,56	134,56	993,64	

Итого за день

1540

54,73

55,84

230,58

1678,96

Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:4,2

- 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"
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022338

Владелец Просвирякова Ольга Анатольевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024