

Составлено
 Директор М. В. Дмитриевская
 21.11.2023

Утверждаю:
 Директор
 ЭМУН «Общественное питание»
 Т. Н. Кулешова
 20 ноября 2023 года

Примерное двухнедельное меню питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ОВЗ 5-11 классы для МОО Эжвинского района г. Сыктывкара зимне-весеннего сезона

1 неделя																											
ПОНЕДЕЛЬНИК																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са		Р	Mg	Fe
ОБЕД																											
Суп картофельный с бобовыми, филе куриное отв.														250/15	10,9	6,9	20,9	217,4	7,3	0,23	0	2,4	42,8	88,1	35,6	2	Москва 1996 № 138
Гуляш из свинины														100/75	18,7	49,3	5	540,9	1,6	0,42	0	4,6	35	225,1	39,2	3,8	Москва 1996 № 401
Каша гречневая рассып.отв.														180	10,32	7,31	46,37	292,5	0	0,24	0	0	17,5	252	168	6,01	Пермь 2006 № 196
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															41,29	63,73	95,87	1153,8	8,9	0,91	0	7,18	105	594,1	252	13,23	
ПОЛДНИК																											
Рулетик с маком														80	5,6	4,5	24,2	163,7	0	0,08	51,7	0,9	12,9	41,1	7,6	0,5	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															5,67	4,52	39,2	223,7	0	0,08	51,7	0,9	18	48,8	11,8	1,32	
ОБЩИЙ ИТОГ															49,44	68,7	153,6	1464,4	12,9	1,02	51,7	8,44	146	676,1	281,8	14,7	

ВТОРНИК																										
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше											№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р		Mg
ОБЕД																										
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной													250/10	1,8	6,5	12,1	148,6	10,9	0,06	11,3	2,8	60,1	61,3	28,1	1,3	Москва 1996 № 110
Бедро куриное запеченное													130	28,7	24,2	0	332,8	1,7	0,08	15,3	1,03	377	278,2	30,4	0,23	ТТК
Спагетти отварные													180	6,62	5,42	31,73	202,1	0	0,07	41,2	0,96	16,56	54,48	10,7	1,3	Москва 1996 № 273
Чай с сахаром													200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"													30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО														38,49	36,34	67,43	786,50	12,60	0,23	67,80	4,97	463,4	422,9	78,4	4,25	
ПОЛДНИК																										
Прожки печеные с капустой													75	4,5	4,4	23,4	152,2	1,03	0,07	11,9	2,4	22,2	49,6	18,3	0,9	Москва 1996 № 687
Чай с сахаром													200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО														4,57	4,42	38,4	212,2	1,03	0,07	11,9	2,4	27,3	57,3	22,5	1,72	
ОБЩИЙ ИТОГ														42,6	42	149,1	1174,2	14,7	0,3	70,9	7,5	490,9	513,6	120,5	5,7	

СРЕДА																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше													№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Mg	Fe	
ОБЕД																											
Рассольник ленинградский, сметана														250/10	5,1	5,3	20,2	251	8,4	0,19	15,5	2,6	39,7	82,15	44,06	1,02	Москва 1996 № 129
Биточки из мяса птицы														100	16,32	12,3	14,38	242,41	0,9	0,08	20	0,4	44	96	26	2,2	ТТК
Рис отварной рассыпчатый														180	4,38	6,44	44,02	251,6	0	0,04	32,4	0,72	3,13	73,8	22,8	64	Москва 1996 № 465
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															31,8	24,3	102,2	848,0	9,3	0,3	67,9	3,9	96,5	280,9	102,1	68,64	
ПОЛДНИК																											
Булочка "Домашняя"														100	7,28	12,52	43,92	318	0	0,12	4	4,66	19,8	70	27,4	1,3	ТТК
Чай с сахаром и лимоном														200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0,9	Москва 2004 № 686
ИТОГО															7,41	12,54	59,12	380	2,83	0,12	4	4,68	27,7	79,1	32,4	2,2	
ОБЩИЙ ИТОГ															39,2	36,2	168,4	976	32,1	1	80,7	10,6	183,5	398,2	162,3	14,8	

ЧЕТВЕРГ																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														11 и старше											№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р	Mg		Fe
ОБЕД																											
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной														250/10	4,7	7,6	8,2	118,4	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23	0,83	Москва 1996 № 120
Котлеты рыбные														100	12,4	3,7	6,4	220,8	0,95	0,13	25	2,6	39,1	222,1	50,9	1,25	ТТК
Пюре картофельное														180	3,68	5,76	24,53	164,7	21,84	0,12	35,9	0,24	45,96	92,76	29,52	1,08	Москва 1996 № 472
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															22,15	17,28	62,73	606,9	38,59	0,33	71,9	5,37	152,8	398,9	112,6	4,58	
ПОЛДНИК																											
Булочка с яблоком и посып.														75	5,6	4,5	24,2	163,7	0	0,08	51,7	0,9	12,9	41,1	7,6	0,5	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															5,67	4,52	39,2	223,7	0	0,08	51,7	0,9	18	48,8	11,8	1,32	
ОБЩИЙ ИТОГ															29,8	29,2	133,3	1029,6	62,6	0,45	163,7	6,7	193	479,7	134,9	5,8	

ПЯТНИЦА																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше											№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р		Mg	Fe
ОБЕД																											
Суп картофельный с мясными фрикадельками														250/10	4,19	3,95	15,46	125,61	11,12	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,80	2,05	Москва 1996 № 135
Биточки Домашние														100	8	12,1	8,2	233,3	0,16	0,08	16,2	1,7	21,2	84,9	13,8	1,3	Москва 2017 № 271
Капуста тушеная														180	4,3	8,2	19,4	168	21,5	0,09	46,8	3,6	67	81	29,3	1,1	Москва 1996 № 482
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															17,86	24,47	66,66	629,91	32,78	0,42	63	7,9	140,6	282,9	88,1	5,87	
ПОЛДНИК																											
Круассан "Сладкоежка"														65	4,7	20,9	34,2	328,7									СХЗ
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															4,77	20,92	49,2	388,7	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	
ОБЩИЙ ИТОГ															24,5	28,1	153,6	1038,3	36,9	0,5	81	9,2	174,7	357,1	120,1	10	

СУББОТА																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са		Р	Мг	Fe
ОБЕД																											
Суп-лапша домашняя, филе куриное отварное														250/10	2,8	5,8	13,9	143	7,66	0,04	9,3	2,1	49	49	22,2	1,1	Москва 1996 № 151
Жаркое по-домашнему														275	22,1	16,6	31,7	382,3	10,9	0,22	0	4,5	48	323,3	66,8	6,1	Москва 1996 № 394
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО														305	26,27	22,62	69,2	628,3	18,56	0,28	9,3	6,78	106,7	401,2	98,2	8,62	
ПОЛДНИК																											
Булочка Молочная														80	4,4	6,8	40	240	0	0,08	51,7	0,9	12,9	41,1	7,6	0,5	СХЗ
Чай с сахаром														200	5,4	5	21,6	158	1,8	0,06	40	0	238	182	28	0,2	Москва 2004 № 685
ИТОГО															9,8	11,8	61,6	398	1,8	0,14	91,7	0,9	250,9	223,1	35,6	0,7	
ОБЩИЙ ИТОГ															40	32,6	136,5	1052,4	23,6	24	125	133,2	396	665,7	164,6	9,6	

2 неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше											№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р	Мg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р	

ОБЕД

Суп картофельный с макаронными изделиями, филе куриное отварное														250/10	4,19	3,95	15,46	125,61	11,1	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,6	2	Москва 1996 № 139
Плов из свинины														275	32,9	16,2	52,05	487,2	9,01	0,2	38,5	0,75	49,6	260,3	74,1	2,5	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															38,46	20,37	91,11	715,81	20,11	0,45	38,5	3,35	102	377,3	118,9	5,92	

ПОЛДНИК

Булочка со сгущенным молоком														75	5,95	6,44	47,97	277,69	0,22	0,12	46	1,38	22,8	78	29,4	1,22	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															6,02	6,46	62,97	337,69	0,22	0,12	46	1,38	27,9	85,7	33,6	2,04	
ОБЩИЙ ИТОГ															47,7	27,6	185,9	1201,9	1244	0,7	84,5	5,9	156,9	669,6	182,6	11,1	

ВТОРНИК																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше											№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамины С	Витамины В1	Витамины А	Витамины Е	Са	Р	Мг	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамины С	Витамины В1	Витамины А	Витамины Е	Са	Р		Мг	Fe
ОБЕД																											
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной														250/10	4,7	7,6	8,2	118,4	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23	0,83	Москва 1996 № 120
Бедро куриное запеченное														130	28,7	24,2	0	332,8	1,7	0,08	15,3	1,03	377	278,2	30,4	0,23	ТТК
Пюре картофельное														180	3,68	5,76	24,53	164,7	21,84	0,12	35,9	0,24	45,96	92,76	29,52	1,08	Москва 1996 таб. № 24
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															38,45	37,78	56,33	718,9	39,34	0,28	62,2	3,8	490,7	455	92,12	3,56	
ПОЛДНИК																											
Сдоба "Выборгская"														100	6,6	14,36	41,10	320	0,04	0,16	0	4,70	21,3	76,8	28,2	1,39	ТТК
Чай с сахаром и лимоном														200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0,9	Москва 2004 № 686
ИТОГО															6,73	14,38	56,3	382	2,87	0,16	0	4,72	29,2	85,9	33,2	2,29	
ОБЩИЙ ИТОГ															47,8	89,3	133,3	1199,3	45,5	0,48	62,2	8,9	558,2	589,1	147,2	6,1	

СРЕДА																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са		Р	Mg	Fe
ОБЕД																											
Рассольник ленинградский, сметана														250/10	5,1	5,3	20,2	251	8,4	0,19	15,5	2,6	39,7	82,15	44,10	1,02	Москва 1996 № 129
Фрикадельки "Особые", соус красный основной														100/75	14,3	14,9	15,4	251,9	4,8	0,01	26,8	3,4	18,5	171	28,6	2,3	Москва 1996 № 481
Каша гречневая рассыпчатая отварная														180	10,32	7,31	46,37	292,5	0	0,24	0	0	17,5	252	168	6,01	Пермь 2006 № 196
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															31,09	27,73	105,57	898,4	13,2	0,46	42,3	6,18	85,4	534,1	249,9	10,75	
ПОЛДНИК																											
Булочка с маком														100	6,8	12,5	42,1	318	0	0,12	0	5,1	18,6	64,2	26,2	1,2	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 686
ИТОГО															6,87	12,52	57,1	378	0	0,12	0	5,1	23,7	71,9	30,4	2,02	
ОБЩИЙ ИТОГ															40,7	40,6	182,9	1373,1	66,9	0,68	42,3	12,6	146,7	660,1	316,4	13,8	

ЧЕТВЕРГ																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамины С	Витамины В1	Витамины А	Витамины Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	Витамины С	Витамины В1	Витамины А	Витамины Е	Са		Р	Mg	Fe
ОБЕД																											
Суп картофельный с бобовыми, филе куриное отв.														250/20	10,9	6,9	20,9	217,4	7,3	0,23	0	2,4	42,8	88,1	35,6	2	Москва 1996 № 138
Жаркое по-домашнему														275	22,1	16,6	31,7	375,9	10,9	0,22	0	4,5	48	323,3	66,8	6,1	Москва 1996 № 394
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															34,37	23,72	76,2	696,3	18,2	0,47	0	7,08	100,5	440,3	111,6	9,52	
ПОЛДНИК																											
Прожки печеные с яблоками														75	4,1	3,9	34,4	189	0,35	0,07	12,1	1,5	15,8	42,5	15,9	1,3	Москва 1996 № 687
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															4,17	3,92	49,4	249	0,35	0,07	12,1	1,5	20,9	50,2	20,1	2,12	
ОБЩИЙ ИТОГ															41,3	28,1	264,7	1090,5	33,3	0,58	12,1	8,9	161,9	530,9	153,1	164,8	

ПЯТНИЦА																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са		Р	Mg	Fe
ОБЕД																											
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной														250/10	1,74	6,33	11,16	111,14	10,7	0,05	11	2,4	58,5	60,7	27	1,22	Москва 1996 № 110
Биточки "Особые" рубленные														100	9,6	12,3	49,2	346,7	1,1	0,14	81,7	0,43	160	242,2	48,1	2,6	ТТК
Рис отварной рассыпчатый														180	4,38	6,44	44,02	251,6	0	0,04	32,4	0,72	3,13	73,8	22,8	0,64	Москва 1996 № 465
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															17,09	25,29	127,98	812,44	11,8	0,25	125,1	3,73	231,3	405,6	107,1	5,88	
ПОЛДНИК																											
Булочка "Домашняя"														100	7,28	12,52	43,92	318	0	0,12	4	4,66	19,8	70	27,4	1,3	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															7,35	12,54	58,92	378	0	0,12	4	4,66	24,9	77,7	31,6	2,12	
ОБЩИЙ ИТОГ															30,1	37,2	194	1238,5	31,8	0,75	138	10,4	316	521,6	166,6	9,4	

СУББОТА																											
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													11 и старше											№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витам ин Е	Са	Р	Mg	Fe	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод, гр	ККАЛ	Витами н С	Витами н В1	Витами н А	Витами н Е	Са	Р		Mg	Fe
ОБЕД																											
Суп-лапша домашняя, филе куриное отварное														250/10	2,8	5,8	13,9	120	7,66	0,04	9,3	2,1	49	49	22,2	1,1	Москва 1996 № 151
Рыбное филе жареное														100	14,7	13,3	4	194,5	1,8	0,09	45,1	5,2	29,6	158,9	22,7	0,54	ТТК
Фасоль отварная с овощами														180	15,4	11,3	35,2	303	2,8	0,2	0	0	139,2	381,2	83,2	4,7	ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб " Дарницкий"														30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО															34,27	30,62	76,7	720,5	12,26	0,35	54,4	7,48	227,5	618	137,3	7,76	
ПОЛДНИК																											
Слойка с сахаром														42	3	14,9	19,4	225									ТТК
Чай с сахаром														200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
ИТОГО															3,07	14,92	34,4	285	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	
ОБЩИЙ ИТОГ															39,7	45,9	129	1214,5	51,1	0,38	54,4	8,12	274,1	673	841,2	9,1	

1. Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий в соответствии со «Сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений» 2006 года г. Пермь, Сборники рецептур для ПОП 1994, 1996, 1997 года, Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 г.
2. При составлении примерного двухнедельного меню были использованы материалы нормативов СанПиН 2.4.4.1204-03; СанПиН 2.4.4.969-00; СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
3. Меню должно утверждаться руководителем организации. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.3.)
4. Питание детей должно осуществляться в соответствии с утвержденным меню. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам). (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.4.)
5. Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.5.)
6. Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в эндемичных по недостатку отдельных микроэлементов регионах в меню должна использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенная витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки должны готовиться в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.6.)
7. Гарниры из круп и макаронных изделий можно заменить на овощные или картофель.
8. На третьи блюда включать соки.

Специалист по производству и ценообразованию



Л.В.Сотникова