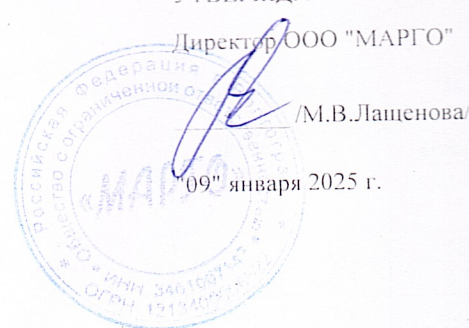


СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:



**Основное двухнедельное меню рационов горячего питания
 для детей различного возраста с ограниченной возможностью
 здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном
 общеобразовательном учреждении
 (завтрак, обед)
 (стоимость каждого варианта 93-28 руб)**

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8.) изготовление продукции производится в соответствии с технико - технологическими картами (ТТК), разработанными уполномоченным лицом и утвержденными директором организации, оказывающей услуги питания, а также в соответствии с технологическими картами, составленными на основе действующих Сборников рецептур:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапиной.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2011 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

ДЕНЬ 1

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
97/04	Сыр (порциями)	10	2,3	3	0	36
ТТК № 44	Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	150/3	3,8	6,4	20,6	159
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	47	2,9	0,8	20,2	103
	ИТОГО:		9,2	10,2	55,8	356

Обед

82/11	Суп картофельный с вермишелью	200	2	2,4	13,8	84
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	80/40	11	11,6	21,8	237
510-III/04	Каша вязкая гречневая	130	3,9	5,8	19,3	148
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
	ИТОГО:		20,2	20,7	92,3	639

ВСЕГО:	29,40	30,90	148,10	995,00
---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

ДЕНЬ 2

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	200/10	7,9	13,6	32,7	268
ТТК № 162	Чай каркадэ	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	44	2,7	0,8	19,4	97
		ИТОГО:	10,8	14,4	67,1	423

Обед

81/11; ТТК № 99	Суп картофельный с горохом с филе птицы отварным	200/4	5,6	4,7	17,9	139
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	70	9,8	9,8	12,6	183
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	45	2,8	0,8	19,8	99
		ИТОГО:	20,8	19,3	90	626

ВСЕГО:	31,6	33,7	157,1	1049
---------------	-------------	-------------	--------------	-------------

ДЕНЬ 3

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная "Геркулес" с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	200/4	7	8,9	28,4	226
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	41	2,5	0,7	18	90
		ИТОГО:	9,7	9,6	61,4	374

Обед

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	8	70
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	90	12,7	12,6	16,3	235
510-III/04	Каша вязкая пшенная	100	2,8	4,5	16	117
ТТК № 162	Чай каркадэ	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	41	2,5	0,7	18	90
		ИТОГО:	19,8	21,2	73,3	570

ВСЕГО:	29,5	30,8	134,7	944
---------------	-------------	-------------	--------------	------------

ДЕНЬ 4

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 7	Творожный пирог	80	5,4	6,1	13,7	140
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
		ИТОГО:	5,6	6,1	28,7	198

Обед

ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом со сметаной	200/11	4,8	5	5,3	107
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	80	12	11,3	6,2	191
518-III/04	Картофель отварной	100	2	4,1	16,2	111
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	55	3,4	1	24,2	121
		ИТОГО:	22,4	21,4	66,9	588

ВСЕГО:	28	27,5	95,6	786
---------------	-----------	-------------	-------------	------------

ДЕНЬ 5

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная пшеничная с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	200/3	7,4	7,3	30,6	223
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	45	2,8	0,8	19,8	99
		ИТОГО:	10,4	8,1	65,4	380

Обед

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	1,9	6,2	10,7	107
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	90	12,6	11	13,5	222
516-III/04	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,1	23,5	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
		ИТОГО:	21,2	22,1	83,8	639

ВСЕГО:	31,6	30,2	149,2	1019
--------	------	------	-------	------

ДЕНЬ 6

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 37	Каша жидкая молочная «Дружба» с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	200/4	5,8	9,4	28	170
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	45	2,8	0,8	19,8	99
		ИТОГО:	8,8	10,2	62,8	327

Обед

ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом со сметаной	200/14	4,8	5,6	5,4	113
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	70	9,8	9,8	12,6	183
514-III/04	Бобовые отварные (горох)	100	5,1	5,2	18,5	139
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	54	3,3	0,9	23,7	118
		ИТОГО:	23,2	21,5	75,2	611

ВСЕГО:	32,00	31,70	138,00	938,00
--------	-------	-------	--------	--------

ДЕНЬ 7

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная манная с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	200/6	6,4	10,3	27,2	215
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	45	2,8	0,8	19,8	99
		ИТОГО:	9,4	11,1	62	372

Обед

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	1,6	4,2	10,4	86
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	90/45	12,4	13,1	24,5	267
510-III/04	Каша вязкая гречневая	100	3	4,5	14,9	114
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	20,3	22,7	86,8	635

ВСЕГО:	29,7	33,8	148,8	1007
--------	------	------	-------	------

ДЕНЬ 8

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эп. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 140	Творожник	70	12	8,5	10,8	170
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
		ИТОГО:	12,2	8,5	25,8	228

Обед

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	75	10,5	9,1	11,2	87
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	120	3,3	5,4	19,2	140
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	41	2,5	0,7	18	90
		ИТОГО:	21,5	19,6	81,2	509

ВСЕГО:	33,7	28,1	107	737
--------	------	------	-----	-----

ДЕНЬ 9

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эп. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
97/04	Сыр (порциями)	10	2,6	3,5	0	36
ТТК № 44	Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	150/3	3,8	6,3	20,2	159
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	9,7	10,7	57,2	363

Обед

67/11;	Щи из свежей капусты с картофелем с филе птицы	200/8	2,8	4,1	8	81
ТТК № 99	отварным					
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	90	13,5	12,7	7	215
516-III/04	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,1	23,5	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
		ИТОГО:	23	21,7	74,6	606

ВСЕГО:	32,7	32,4	131,8	969
--------	------	------	-------	-----

ДЕНЬ 10

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эп. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная "Геркулес" с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	200/7	7	11	28,4	246
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	45	2,8	0,8	19,8	99
		ИТОГО:	10	11,8	63,2	403

Обед

80/11	Суп картофельный с пшеном	200	1,6	2,2	11,6	72
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	80	11,2	11,2	14,5	209
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	55	3,4	1	24,2	121
		ИТОГО:	18,8	18,4	90	607

ВСЕГО:	28,8	30,2	153,2	1010
--------	------	------	-------	------

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443789

Владелец Бухарина Марина Валентиновна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026