

УТВЕРЖДЕНО:

*директора ММБОУ СОШ № 11*  
*М.И. Шиханова*



УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор

ООО «Резерв Школьное питание»

*Е. В. Ковбаснюк*



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

Меню приготавливаемых блюд

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	20	5,2	5,4	0	60	TK № 89(97/2004)
<b>Неделя 1</b>	Шницель (говядина, свинина, лук репчатый, хлеб пшеничн), соус сметанный с томатом и луком	100	10,5	9,33	8,67	150	TK № 168(608/2013)/41(602/2004)
<b>День 1</b>	Отварные макаронные изделия	180	6,36	7,3	36,48	250,92	TK № 188 (516/2004)
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>26,46</b>	<b>23,1</b>	<b>100,05</b>	<b>680,02</b>	
<b>ОБЕД</b>	Кабачковая икра	40	0,27	0	0,67	4	ТТК № 162
<b>Неделя 1</b>	Борщ с капустой и картофелем, сметана	250/5	2,35	5,4	16,25	161,5	TK № 79 (110/2004)/ТТК 81
<b>День 1</b>	Гуляш (свинина, лук репч, том паста, масло сливочн)	50/50	18,33	11,67	9	203,33	TK № 429(437/2004)
	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репч, масло сливочн)	180	4,32	12,72	45,6	228,9	TK № 191(36/2003)
	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)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>865</b>	<b>32,65</b>	<b>31,72</b>	<b>143,62</b>	<b>962,51</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1415</b>	<b>59,11</b>	<b>54,82</b>	<b>243,67</b>	<b>1642,53</b>	

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

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		
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>Неделя 1</b>	Паста шоколадная для бутербродов (масло сливочн, сгущенн молоко, какао)	10	0,36	5,8	2,27	40	ТТК № 43
	Запеканка бананово-творожная ( творог 9%, банан, яйцо) , сгущенное молоко	180/20	15,8	13,98	44,36	344,2	ТТК № 235/ТТК 51
<b>День 2</b>	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейный напиток, сахар)	200	4,1	3,3	15,63	138,7	ТТК № 16
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>620</b>	<b>22,72</b>	<b>23,72</b>	<b>95,9</b>	<b>684,66</b>	
<b>ОБЕД</b>	Горошек зеленый	30	0,9	0,06	1,92	14,7	ТТК № 245
<b>Неделя 1</b>	Суп рыбный с рисом и яйцом (картофель, минтай, рис, яйцо, лук репч, морковь, масло сливочн)	250	7,9	9,34	18	175,3	ТТК № 169
<b>День 2</b>	Котлеты рубленые из цыплят-бройлеров (филе куриное, хлеб пшеничн, масло раст)	100	9,11	11,44	5,7	128,22	ТК № 344 (63/2003)
	Картофель тушеный (картофель, лук, морковь, масло сливочн)	180	3,96	5,16	31,2	196,8	ТТК № 226
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	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 Сухолюбская витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>900</b>	<b>32,11</b>	<b>30,46</b>	<b>141,99</b>	<b>964,36</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1520</b>	<b>54,83</b>	<b>54,18</b>	<b>237,89</b>	<b>1649,02</b>	

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"

Меню приготавливаемых блюд

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	Омлет с рыбой запеченный (минтай, яйцо, молоко 2,5%) / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский) / масло сливочное	180/15/5	18,25	22,1	36,12	406,36	ТТК № 199 /ТТК № 233/ТТК № 49
День 3	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	ТК № 1 (685/2004)
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>630</b>	<b>22,55</b>	<b>23,17</b>	<b>94,16</b>	<b>681,96</b>	
ОБЕД	Овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	30	0,75	1,05	1,86	20,4	ТТК № 233
Неделя 1	Суп-пюре из картофеля и кабачков, гренки	250/20	4,48	4,69	22,03	203,04	ТТК № 95/ТК № 77(551/2004)
День 3	Зразы "Верх-Исетские" (говядина, яйцо, лук репч, масло раст), соус сметанный с томатом	100	12,44	17,22	6,33	117,89	ТК № 312 (49/2003) / ТК № 40(601/2004)
	Отварные макаронные изделия	180	6,36	7,3	36,48	250,92	ТК № 188 (516/2004)
	Напиток из свежемороженых плодов и ягод	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 2
	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>870</b>	<b>31,61</b>	<b>32,29</b>	<b>139,8</b>	<b>968,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1500</b>	<b>54,16</b>	<b>55,46</b>	<b>233,96</b>	<b>1649,99</b>	

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 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>Неделя 1</b>	Сыр (порциями)	20	5,2	5,4	0	60	ТТК № 89 (97/2004)
<b>День 4</b>	Каша молочная рисовая, масло сливочное	250/5	12,1	8,9	32,87	235,16	ТТК № 201 (311/2004)/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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>715</b>	<b>27,42</b>	<b>20,58</b>	<b>94,59</b>	<b>690,18</b>	
<b>ОБЕД</b>	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	20	0,16	0,68	1,08	10,8	ТТК № 271(46/3/2015)
<b>Неделя 1</b>	Рассольник Ленинградский, сметана	250/5	3,15	4,6	21	145,5	ТТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
<b>День 4</b>	Фрикадельки из говядины прпущенные, в красном соусе	100	10	8,1	3,6	111,22	ТТК № 387(63/2003) / ТТК № 31(528/1996)
	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,83	14,88	43,08	290,4	ТТК № 189(297/2004)
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,3	пром
	Хлеб ржаной (2)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>875</b>	<b>31,94</b>	<b>32,2</b>	<b>155,96</b>	<b>952,42</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1590</b>	<b>59,36</b>	<b>52,78</b>	<b>250,55</b>	<b>1642,6</b>	

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 ОБЗ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)
<b>Неделя 1</b>	Котлеты рубленые из цыплят-бройлеров (филе курицы, хлеб пшеничный, масло раст) / соус сметанный	100	7,4	13,3	16,2	155,3	ТК № 344 (63/2003) / ТК № 39(600/2004)
<b>День 5</b>	Картофель отварной / капуста тушеная ((капуста белокочанная, морковь, лук, масло сливочное, томатная паста)	80/100	3,72	2,64	22,2	151,8	ТК № 219(1/3/2015) / ТК № 192(534/2004)
	Витаминизированное какао (3)	200	3,9	3,1	25,2	145	ТТК № 10
	Булка Сухолюбская Витаминизированная (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>555</b>	<b>23,84</b>	<b>24,37</b>	<b>95,68</b>	<b>679,62</b>	
<b>ОБЕД</b>	Овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	40	0,88	0,16	4,4	23,2	ТТК № 233
<b>Неделя 1</b>	Солянка "Деревенская", сметана	250/5	9,3	13,9	20,21	173	ТТК № 92/ТТК № 81
<b>День 5</b>	Тефтели рыбные (филе минтая, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло раст) / соус молочный с морковью и шпинатом	100	10,5	10,7	15,4	201,1	ТК № 414(414/2004) / ТТК № 33
	Рис отварной рассыпчатый	180	4,32	7,2	44,16	262,8	ТК № 214 (511/2004)
	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 Сухолюбская витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>855</b>	<b>31,56</b>	<b>33,68</b>	<b>150,97</b>	<b>994,46</b>	

**Итого за день** 1410 55,4 58,05 246,65 1674,08

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

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		
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	ТК № 89 (97/2004)
<b>Неделя 2</b>	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай, цветная капуста, яйцо, масло раст) / соус молочный с морковью и шпинатом	100	11,3	6,4	5,6	113,67	ТТК № 617 / ТТК № 33
<b>День 6</b>	Рис припущенный с овощами (рис, морковь, лук репч, масло сливочн)	180	4,32	13,92	45,6	326,4	ТК № 191(36/2003)
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Конфета	20	0,3	1,8	5,6	23,2	пром
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>555</b>	<b>23,4</b>	<b>27,03</b>	<b>106,4</b>	<b>696,95</b>	
<b>ОБЕД</b>	Огурцы консервированные	30	0,19	0	0,5	3	ТК № 127 (5/1/2015)
<b>Неделя 2</b>	Борщ Сибирский, сметана (15%)	250/5	4,05	4,4	16	128,5	ТК № 54(111/2004)/ТТК № 81
<b>День 6</b>	Котлета (говядина, лук репч, хлеб пшеничн), соус сметанный с томатом	100	10,22	18,44	4,6	155,23	ТК № 307(451/2004) / ТК № 40(601/2004)
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, морковь, лук репч, масло сливочн)	180	10,32	8,16	45,37	319,2	ТК № 249(44/3/2015)
	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)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>800</b>	<b>31,54</b>	<b>32,81</b>	<b>134,17</b>	<b>951,29</b>	

**Итого за день**

**1355**

**54,94**

**59,84**

**240,57**

**1648,24**

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

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		
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>Неделя 2</b>	Запеканка творожная "Зебра" (творог 9%, яйцо, молоко 2,5%, какао), сгущенное молоко	150/20	19,5	21,6	41,25	422,85	ТТК № 258/ТТК 51
<b>День 7</b>	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	№ 1 (685/2004)
	Булка Сухоложская Витаминизированная (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	ТТК № 53
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>22,98</b>	<b>22,46</b>	<b>93,99</b>	<b>668,03</b>	
<b>ОБЕД</b>	Свекла отварная	30	0,45	0,69	2,55	19,35	ТК № 195(523/2004)
<b>Неделя 2</b>	Уха (картофель, сайра консервир, лук, морковь, масло раст)	250/40	7	6,84	35,03	249,3	ТТК № 78
<b>День 7</b>	Голубцы ленивые (капуста белокоп, свинина, рис, лук репч, масло раст), соус сметанный с томатом	250	16,9	22,38	13,13	264,13	ТТК № 388 / ТК № 40(601/2004)
	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)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>890</b>	<b>32,85</b>	<b>33,85</b>	<b>133,71</b>	<b>951,18</b>	

**Итого за день**

**1480**

**55,83**

**56,31**

**227,7**

**1619,21**

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 ОБЗ 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	35	№ 89 (97/2004)
Неделя 2	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	50	0,4	1,7	2,7	27	ТК № 271(46/3/2015)
День 8	Карбонара с курицей и сырным соусом (макароны, филе куриное, лук репч, молоко 2,5%, сыр, масло сливочн)	230	9,4	14,92	43,1	261,3	ТТК № 619
	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)		4,92	1,28	32,08	182,52	ТТ
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>21,42</b>	<b>23,9</b>	<b>93,51</b>	<b>644,52</b>	
ОБЕД	Морковь отварная		0,26	0,47	1,33	11,4	№ ... (4)
Неделя 2	Суп картофельный с бобовыми	250	8,5	5,8	25,25	246,3	ТК № 69 (139/2004)
День 8	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом в молочном соусе (филе минтая, рис, шпинат, яйцо, лук репч, молоко 2,5%, масло сливочн)	100	13,9	22,39	42,55	317,1	ТК № 414(414/2004)
	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	130/50	5,52	1,72	18,09	137,69	ТК № 219(1/3/2015)/ ТТК № 233
	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)	20	1,64	0,43	10,7	60,84	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>800</b>	<b>32,28</b>	<b>31,45</b>	<b>137,92</b>	<b>955,59</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1350</b>	<b>53,7</b>	<b>55,35</b>	<b>231,43</b>	<b>1600,11</b>	

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

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>Неделя 2</b>	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	ТТК № 262(1/6/2015)
<b>День 9</b>	Масло сливочное для бутербродов	10	0,1	6,4	0,1	58	ТТК № 157 (1/3/2015)
	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа, молоко 2,5%), масло сливочн	200/5	6,47	5,6	36,8	190,12	ТТК № 236(25/4/2015)/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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>685</b>	<b>20,97</b>	<b>22,67</b>	<b>93,52</b>	<b>675,72</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат "Бурячок" (свекла, огурцы консерв, масло раст)	100	1	13,3	5	46	ТТК № 108(16/2004)
<b>Неделя 2</b>	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	7,5	8,04	33,08	241,3	ТТК № 76(168/2004)/ТТК № 77(551/2004)
<b>День 9</b>	Гуляш из филе курицы (филе куриное, лук репч, паста томатн, масло сливочн)	50/50	11,72	6,9	5,9	159,1	ТТК № 603
	Отварные макаронные изделия	180	6,36	7,32	36,48	250,92	ТТК № 188 (516/2004)
	Кисель	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	Хлеб ржаной (2)	40	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 57
	Булка Сухоложская витаминизированная (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	ТТК № 53
	<b>Итого за обед:</b>	<b>920</b>	<b>31,8</b>	<b>36,84</b>	<b>140,66</b>	<b>946,84</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1605</b>	<b>52,77</b>	<b>59,51</b>	<b>234,18</b>	<b>1622,56</b>	

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 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	ТК № 89(97/2004)
<b>Неделя 2</b>	Суфле "Рыбка" ( минтай, рис, лук репч, молоко 2,5%, масло сливочн) / соус молочный	100	7	12,61	11,74	139,22	ТК № 401(43/2006) / ТК № 37 (1/11/2015)
<b>День 10</b>	Картофель отварной / овощи припущенные (горошек, кукуруза, морковь, перец болгарский)	150/30	4,1	3,84	26,8	185,4	ТК № 219(1/3/2015)/ ТТК № 233
	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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>22,52</b>	<b>23,53</b>	<b>95,82</b>	<b>682,14</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты (капуста белокоч, морковь, масло раст)	100	2,97	6,17	3,33	81	ТТК № 109
<b>Неделя 2</b>	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (15%)	250/5	5,5	6,75	12,5	112,25	ТТК № 99/ТТК № 81
<b>День 10</b>	Гуляш из мяса говядины	100	10,11	11,44	7,22	162,07	ТК № 303(437/2004)
	Рис отварной рассыпчатый, кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	150/30	5,6	7,2	54,2	294	ТК № 214 (511/2004)/ТК № 271(46/3/2015)
	Чай с ягодами	200	0,3	0,1	14,3	59,6	ТТК № 2
	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>915</b>	<b>31,04</b>	<b>33,37</b>	<b>134,25</b>	<b>952,28</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1465</b>	<b>53,56</b>	<b>56,9</b>	<b>230,07</b>	<b>1634,42</b>	

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