

СОГЛАСОВАНО:

Общественное учреждение

Директор *С. А. Жуков*



РАЗРАБОТАНО:



Общество с ограниченной ответственностью
Комбинат школьного питания «Русь»

Г. Ю. Качура

Г. Ю. Качура

01 СЕН 2012

Циклическое меню

горячих завтраков и обедов

для учащихся ОВЗ с 7 до 11 лет

на осенне-зимний период

для столовых

I неделя

Комплекс №1
ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

Код	Наименование блюда	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак																
365	Омлет (яйцо С1, молоко 2,5% ГОСТ) с зеленым горошком		150/20	6,52	8,07	8,41	160,4	0,06	0,83	166,7	0,67	96,67	156,7	16,66	1,48	
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью		60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50	
ТК	Масло сливочное 72,5% ГОСТ		10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,00	0,00	0,05	0,00	1,20	1,90	0,04	0,02	
ТК	Хлеб пшеничный		2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	
ТК	Напиток из цикория на молоке 2,5% ГОСТ		180	1,62	1,17	12,78	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00	109,80	108,00	16,20	0,54	
ТК	Фрукты свежие по сезону		120	0,5	0	11,7	53,3	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7	
	Итого:		600	14,43	24,08	66,89	578,50	0,20	55,70	289,00	1,16	283,17	368,17	73,90	4,46	
Обед																
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью		60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50	
13/21	Суп картофельный с фасолью		200	4,42	3,80	15,52	116,00	0,15	9,90	0,01	0,01	36,91	111,26	30,34	1,45	
ТК	Птица (филе ЦБ) тушеная по-краснодарски (сметана 15% ГОСТ)		80/25	30,36	18,30	18,00	186	0,05	3,15	0,04	0,00	33,20	148,00	65,50	1,16	
1/21	Рис отварной с овощами с маслом сливочным 72,5% ГОСТ		150	3,67	3,07	34,30	177,14	0,04	0,03	0,07	2,60	18,40	84,30	27,70	0,15	
ТК	Хлеб пшеничный		2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09	
ТК	Компот из ягод свежемороженых		180	0,28	0,07	21,78	88,92	0,01	2,58	0,00	0,00	20,82	10,80	9,36	0,23	
	Итого:		773	45,71	31,99	132,12	829,66	0,37	50,53	122,32	3,22	169,63	461,10	168,06	5,13	
	Всего:		1373	60,14	56,07	199,01	1408,16	0,57	106,23	411,32	4,38	452,80	829,27	241,96	9,59	

Комплекс №2 ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
433	Говядина (заднегазовая бескостная) тушенная с овощами	70/25	23,85	2,84	6,36	146,7	0,16	10,26	0,00	0,00	21,75	261,29	38,49	2,75
149	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	233,7	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82
	Итого:	552	38,63	9,50	102,34	638,68	0,48	18,35	0,00	1,81	116,57	580,59	139,26	10,55
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50
110	Борщ со свежей капустой	200	16,50	4,22	10,41	86,40	0,03	16,37	0,01	0,01	34,31	44,40	17,86	0,96
ТТК	Котлета рыбная из филе минтая	90	12,24	8,87	15,23	190,8	0,11	0,86	0,00	0,03	54,59	168,03	30,67	1,06
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,20	1,20	22,10	112	0,15	5,60	4,00	0,00	40,00	82,50	30,00	1,00
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
ТК	Блинчик с джемом фруктовым	47/20	2,59	1,38	18,35	96,00	0,05	0,06	10,00	0,00	11,30	31,80	9,80	0,55
	Итого:	845	42,53	22,72	155,53	848,80	0,48	61,76	136,21	0,65	214,50	448,47	132,49	8,31
	Всего:	1397	81,16	32,22	257,87	1487,48	0,96	80,11	136,21	2,46	331,07	1029,06	271,75	18,86

Комплекс №3 ОВ3 Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
451	Запеканка творожная (творог 9%) с джемом фруктовым	150/30	26,60	6,30	35,70	252	0,08	1,20	30,00	0,37	174,00	280,00	38,00	0,90
97	Сыр твердых сортов (50% жирности)	24	5,6	7,04	0	86,08	0,02	0,18	62,40	0,08	211,20	120,00	8,48	0,00
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТТК	Какао с молоком 2,5% ГОСТ «Фитодар»	180	3,67	3,19	12,96	107,00	0,05	1,43	22,00	0,08	137,00	112,10	19,20	0,43
ТК	Фрукты свежие по сезону	120	0,5	0	11,7	53,3	0,04	20	0,05	0	20	14	11	0,7
	Итого:	544	39,41	16,85	80,04	591,98	0,23	22,81	114,45	0,97	550,20	552,10	82,28	2,47
	Обед													
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50
129/21	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,29	3,65	16,58	111,20	0,09	13,20	0,01	0,01	15,78	53,88	21,62	0,79
ТТК	Тефтели из мяса	90/30	6,70	7,29	8,64	135	0,03	0,81	0,00	0,00	19,80	96,30	17,10	0,70
304/03	Картофель запеченный	150	0,03	6,18	0,06	173,1	0,00	0,00	0,03	0,00	5,30	1,40	0,28	0,04
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82
ТК	Фрукты свежие по сезону	150	0,63	0,00	14,63	67,50	0,05	25,00	0,06	0,00	25,00	17,50	13,76	0,88
	Итого:	945	16,87	23,91	96,28	802,08	0,29	76,52	122,30	0,62	133,50	284,52	92,69	5,37
	Всего:	1489	56,28	40,76	176,32	1394,06	0,52	99,33	236,75	1,59	683,70	836,62	174,97	7,84

ОБЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

Комплекс №4

№ Рационы	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
Завтрак														
460	Котлета из мяса птицы ЦБ б/к	90	16,30	9,36	12,06	151,6	0,07	0,72	36,00	0,03	52,20	97,20	27,00	1,62
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	197,1	0,12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Итого:	560	27,91	16,10	101,82	600,70	0,32	19,72	36,03	0,49	205,80	245,46	87,80	7,36
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50
120	Щи из свежей капусты с зеленью Чахохбили из птицы (бедро ЦБ)	200 75/50	1,58 24,66	4,26 17,24	7,46 80,80	75,20 289,00	0,05 0,13	20,80 22,20	0,02 0,13	0,01 0,00	30,40 66,30	40,70 259,70	15,60 47,10	0,51 2,70
ТК	Каша гречневая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	233,7	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТТК	Кисель из концентрата пром/производства "Фитодар" «Фитодар»	180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09
ТК	Кондитерское изделие в пром/упаковке	1 шт.	3,10	2,10	12,30	110,00	0,01	0,03	0,11	0,24	41,30	124,40	15,30	2,60
	Итого:	823	36,59	32,75	209,35	1099,10	0,52	79,88	122,46	0,86	254,40	748,74	172,86	12,84
	Всего:	1383	64,50	48,85	311,17	1699,80	0,84	99,60	158,49	1,35	460,20	994,20	260,66	20,20

Комплекс №5 ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ Рационы	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
Завтрак														
181/03	Печень говяжья по-строгановски	75/50	16,87	11,50	10,75	198,7	0,23	15,80	6550,00	2,87	37,50	298,70	21,25	6,25
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,20	1,20	22,10	112	0,15	5,60	4,00	0,00	40,00	82,50	30,00	1,00
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
943	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,26	54,3	0,00	2,23	0,00	0,00	4,71	7,40	3,95	0,77
ТК	Кондитерское изделие в пром/упаковке	1 шт.	3,10	2,10	12,30	80,00	0,01	0,03	0,11	0,24	41,30	124,40	15,30	2,60
	Итого:	605	28,12	15,46	89,57	595,00	0,50	38,66	6554,11	3,57	222,51	586,20	97,50	12,37
Обед														
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96
125/21	Суп с крупой с томатом и зеленью	200	2,50	4,14	11,92	95,00	0,08	0,48	0,00	1,90	14,60	58,00	22,60	0,77
85/03	Поджарка из говядины заднегазовой б/к	70/15	21,9	10,13	0,22	190,1	0,13	4,38	0,05	0	28,91	241,7	37,22	2,46
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	197,1	0,12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Итого:	773	38,05	24,75	115,72	828,99	0,48	14,31	0,08	3,83	142,41	494,48	137,78	9,82
	Всего:	1378	66,17	40,21	205,29	1423,99	0,98	52,97	6554,19	7,40	364,92	1080,68	235,28	22,19

Комплекс №6 ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
Завтрак														
	Котлета рыбная из филе минтая	90	11,79	5,04	8,37	95,14	0,11	1,08	18,00	0,03	29,70	140,40	23,40	1,08
241/21	Рис отварной с овощами с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,67	3,07	34,30	177,14	0,04	0,03	0,07	2,60	18,40	84,30	27,70	0,15
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82
	Итого:	547	21,44	14,74	90,44	547,36	0,25	38,62	140,27	3,12	110,92	321,00	85,87	3,77
Обед														
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53
137	Суп с фрикадельками из говядины б/к с зеленью	17/200	6,67	6,99	18,45	167	0,14	22,4	0,03	0,02	23,77	113	34,67	1,42
ТТК	Птица запеченная с овощами (бедро ЦБ)	90/20	18,91	13,22	6,75	221,5	0,10	17,02	0,10	0,02	50,88	199,31	33,25	2,08
470	Картофель отварной с маслом сливочным 72,5% ГОСТ, зеленью	150	3	0,6	23,7	112,5	0,15	21,7	0	0	18	81	33	1,2
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
60/21	Чай с сахаром с молоком	140/40	2,67	2,34	14,31	89	0,04	1,20	18,00	0,00	113,90	83,50	13,90	0,37
	Итого:	795	37,38	23,95	102,97	780,23	0,56	77,27	18,13	0,62	310,35	569,54	146,98	7,24
	Всего:	1342	58,82	38,69	193,41	1327,59	0,81	115,89	158,40	3,74	421,27	890,54	232,85	11,01

II неделя

ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

Комплекс №1

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Кккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
Завтрак														
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/10	4,80	7,00	51,60	226,1	2,00	0,00	0,00	20,00	102,00	36,00	0,80	
ТК	Масло сливочное 72,5% ГОСТ	10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,00	0,00	0,00	1,20	1,90	0,04	0,02	
97	Сыр твердых сортов (50% жирности)	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	0,05	132,00	75,00	5,30	0,00	
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	
ТТК	Какао с молоком 2,5% ГОСТ «Фитодар»	180	3,67	3,19	12,96	107,00	0,05	1,43	0,08	137,00	112,10	19,20	0,43	
	Итого:	475	16,26	23,36	93,52	597,50	2,14	1,54	0,59	305,20	348,60	75,54	2,47	
Обед														
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53	
139	Суп картофельный с горохом	200	4,37	3,79	15,79	116,80	0,15	12,20	0,01	35,07	87,53	32,24	1,62	
ТТК	Шницель из мяса птицы ЦБ бескостной с сыром, зеленью	90	39,9	18,8	19,86	260,4	0,16	0,08	0,01	25,24	156,4	17,28	1,27	
104/03	Картофель запеченный	150	0,03	6,18	0,06	173,1	0,00	0,00	0,00	5,30	1,40	0,28	0,04	
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09	
ТК	Сок или Нектар фруктовый протом/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60	
	Итого:	778	51,41	29,85	99,67	842,50	0,46	31,28	0,60	183,41	352,67	90,96	7,70	
	Всего:	1253	67,67	53,21	193,19	1440,00	2,60	32,82	1,19	488,61	701,27	166,50	10,17	

Комплекс №2 ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
494	Бефстроганов из говядины заднегазовой бескостной (сметана 15% ГОСТ)	70/50	11,69	7,90	4,10	135	0,06	0,56	21,00	0,30	26,60	126,00	168,00	1,33
520	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	5,70	5,80	34,40	197,1	0,12	0,00	0,03	0,00	40,60	60,06	24,80	1,39
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
943	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,26	54,3	0,00	2,23	0,00	0,00	4,71	7,40	3,95	0,77
	Итого:	570	23,14	17,94	88,14	591,00	0,29	8,24	21,03	2,11	111,41	294,06	235,75	5,67
	Обед													
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53
120	Щи из свежей капусты с зеленью	200	1,58	4,26	7,46	75,20	0,05	20,80	0,02	0,01	30,40	40,70	15,60	0,51
181/03	Печень говяжья по-строгановски	75/50	16,87	11,50	10,75	198,7	0,23	15,80	6550,00	2,87	37,50	298,70	21,25	6,25
141/21	Рис отварной с овощами с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,67	3,07	34,30	177,14	0,04	0,03	0,07	2,60	18,40	84,30	27,70	0,15
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
ТК	Выпечное изделие	50	3,25	2,10	15,30	100	0,02	0,00	0,00	0,00	3,86	15,40	2,60	0,45
	Итого:	863	32,52	22,03	131,77	843,24	0,49	55,63	6550,09	6,06	207,96	546,44	108,31	12,13
	Всего:	1433	55,66	39,97	219,91	1434,24	0,78	63,87	6571,12	8,17	319,37	840,50	344,06	17,80

ОБЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

Комплекс №3

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
Завтрак														
366	Рыба (филе Горбуши) запеченная в томате с овощами	80/50	16,10	11,30	6,30	161,9	0,13	2,84	325,00	0,11	28,00	167,00	35,00	0,87
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,20	1,20	22,10	112	0,15	5,60	4,00	0,00	40,00	82,50	30,00	1,00
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
686	Чай с лимоном, сахаром	180/7	0,24	0,04	13,85	53,68	0,00	2,64	0,00	0,00	7,32	8,70	4,77	0,82
ТК	Блинчик с джемом фруктовым	47/20	2,59	1,38	18,35	96,00	0,05	0,06	10,00	0,00	11,30	31,80	9,80	0,55
	Итого:	654	27,02	14,56	91,76	573,58	0,44	26,14	339,00	0,57	185,62	363,20	106,57	4,99
Обед														
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96
1421	Суп картофельный с крупой с зеленью	200	2,22	2,82	7,84	66,00	0,07	4,40	0,00	1,02	15,00	51,40	20,20	0,72
ТТК	Фрикаделька из мяса птицы ЦБ бескостной в сметанном соусе	90/30	14,40	7,20	7,40	152,7	0,07	0,09	6,67	0,10	19,00	149,20	22,13	1,43
149	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	8,85	2,40	45,75	233,7	0,21	0,00	0,00	0,00	48,00	210,00	57,00	4,80
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТТК	Компот из ягод свежемороженых	180	0,28	0,07	21,78	88,92	0,01	2,58	0,00	0,00	20,82	10,80	9,36	0,23
ТК	Фрукты свежие по сезону	150	0,63	0,00	14,63	67,50	0,05	25,00	0,06	0,00	25,00	17,50	13,76	0,88
	Итого:	938	33,31	16,87	142,38	853,62	0,54	37,52	6,73	3,05	172,12	558,64	166,61	10,66
	Всего:	1592	60,33	31,43	234,14	1427,20	0,98	63,66	345,73	3,62	357,74	921,84	273,18	15,65

Комплекс №4

ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Применение пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
ТТК	Птица запеченная (бедро ЦБ)	90	8,73	4,05	4,17	110,7	0,06	0,00	63,00	0,14	39,60	19,80	160,20	1,71
241/21	Рис отварной с овощами с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,67	3,07	34,30	177,14	0,04	0,03	0,07	2,60	18,40	84,30	27,70	0,15
ТТК	Икра из овощей по сезону собственного производства	60	1,45	3,70	7,50	69	0,03	5,45	0,00	1,35	24,50	43,00	24,00	0,96
ТК	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
ТК	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
	Итого:	560	19,11	11,64	99,05	594,44	0,23	9,48	63,07	4,55	111,50	219,70	235,90	6,64
Обед														
ТК	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50
110	Борщ со свежей капустой	200	16,50	4,22	10,41	86,40	0,03	16,37	0,01	0,01	34,31	44,40	17,86	0,96
437	Гуляш из говядины заднегазовой бескостной	80/50	21,39	15,36	6,14	199,2	0,7	3,54	0	0	19,38	193,7	22,1	1,42
472	Картофельное пюре (молоко 2,5%) с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	3,20	1,20	22,10	112	0,15	5,60	4,00	0,00	40,00	82,50	30,00	1,00
ТК	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
ТТК	Кисель из концентрата пром/производства "Фитодар" «Фитодар»	180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09
	Итого:	798	48,16	27,53	101,69	788,77	1,00	62,36	126,21	0,62	162,09	434,54	107,82	5,61
	Всего:	1358	67,27	39,17	200,74	1383,21	1,23	71,84	189,28	5,17	273,59	654,24	343,72	12,25

Комплекс №5

ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак															
ТТК	Тертели из мяса		90/30	6,70	7,29	8,64	135	0,03	0,81	0,00	19,80	96,30	17,10	0,70	
470	Картофель отварной с маслом сливочным 72,5% ГОСТ, зеленью		150	3	0,6	23,7	112,5	0,15	21,7	0	18	81	33	1,2	
ТК	Овощи свежие или квашенные по сезону		60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53	
ТК	Хлеб пшеничный		2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78	
ТТК	Кисель из концентрата пром./производства "Фитодар" «Фитодар»		180	0,09	0,00	20,52	129,60	0,00	1,98	0,00	8,10	7,20	2,70	0,09	
ТК	Фрукты свежие по сезону		120	0,5	0	11,7	53,3	0,04	20	0,05	20	14	11	0,7	
	Итого:		690	15,18	8,53	95,72	580,40	0,33	59,49	0,05	164,90	271,70	90,80	4,44	
Обед															
143/03	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом говядины заднегазовой б/к		50/200	9,67	6,22	18,29	182,00	0,11	7,04	97,60	19,06	121,40	31,58	1,33	
451	Запеканка творожная (творог 9%) с джемом фруктовым		150/30	26,60	6,30	35,70	252	0,08	1,20	30,00	174,00	280,00	38,00	0,90	
ТК	Хлеб пшеничный		2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный		1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	9,80	44,24	13,16	1,09	
ТТК	Какао с молоком 2,5% ГОСТ «Фитодар»		180	3,67	3,19	12,96	107,00	0,05	1,43	22,00	137,00	112,10	19,20	0,43	
ТК	Фрукты свежие по сезону		150	0,63	0,00	14,63	67,50	0,05	25,00	0,06	25,00	17,50	13,76	0,88	
	Итого:		838	46,05	16,39	119,06	784,30	0,39	34,67	149,66	374,86	607,74	122,70	5,18	
	Всего:		1528	61,23	24,92	214,78	1364,70	0,72	94,16	149,71	539,76	879,44	213,50	9,62	

Комплекс №6 ОВЗ Возрастная категория с 7 до 11 лет Сезон осенне-зимний (Столовые) I смена

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
131/21	Бифштекс из мяса	90	14,00	9,50	0,00	142	0,05	0,00	56,25	0,05	33,00	133,50	16,50	1,03
149	Каша кукурузная с маслом сливочным 72,5% ГОСТ	150	6,80	5,60	35,40	200	0,20	0,00	20,00	2,70	17,80	138,00	48,80	1,60
TK	Овощи свежие или квашенные по сезону	60	0,65	0,12	2,28	14,4	0,03	15,00	0,00	0,00	84,00	15,60	12,00	0,53
TK	Хлеб пшеничный	2/20	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
TK	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,20	0,20	9,20	42,00	0,04	0,00	0,00	0,02	7,00	31,60	9,40	0,78
460/21	Чай с сахаром с молоком	140/40	2,67	2,34	14,31	89	0,04	1,20	18,00	0,00	113,90	83,50	13,90	0,37
	Итого:	540	28,36	18,08	80,87	581,00	0,40	16,20	94,25	3,21	263,70	428,20	106,20	4,75
Обед														
TK	Салат из свежих или квашенных овощей по сезону с маслом растительным, зеленью	60	1,50	6,07	5,04	85,8	0,02	34,87	122,20	0,03	40,50	30,00	15,00	0,50
115/21	Суп с клецками	200	2,36	5,73	15,48	120,00	0,07	15,55	0,04	0,04	46,00	65,01	25,02	1,09
394	Жаркое по-домашнему с говядиной заднегазовой бескостной	70/150	22,85	7,97	22,56	257,7	0,25	28,36	0,02	0,70	29,98	292,26	56,66	3,49
TK	Хлеб пшеничный	2/25	3,80	0,40	24,60	117,00	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
TK	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	1,68	0,28	12,88	58,80	0,05	0,00	0,00	0,03	9,80	44,24	13,16	1,09
TK	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	1,02	0,30	24,20	102,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	15,00	9,00	2,60
TK	Выпечное изделие	50	3,25	2,10	15,30	100	0,02	0,00	0,00	0,00	3,86	15,40	2,60	0,45
	Итого:	808	36,46	22,85	120,06	841,30	0,48	82,78	122,26	1,35	154,14	494,41	128,44	9,77
	Всего:	1348	64,82	40,93	200,93	1422,30	0,88	98,98	216,51	4,56	417,84	922,61	234,64	14,52

Генеральный директор

Качура Г. Ю.

Технолог

Каде С. М.

