

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:



*Основное двухнедельное меню рационов горячего питания  
 для детей различного возраста с ограниченной возможностью  
 здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном  
 общеобразовательном учреждении  
 (обед)  
 (стоимость каждого варианта 71-80 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 рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания ("Хлебпродинформ", Москва 2002г.) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептов 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**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
82/11; ТТК № 99	Суп картофельный с вермишелью с филе птицы отварным	200/7	3,1	3	13,8	94
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	100/50	13,8	14,6	27,3	297
510-III/04	Каша вязкая гречневая	150	4,5	6,7	22,4	171
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	52	3,2	0,9	22,8	114
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,8</b>	<b>25,2</b>	<b>101,3</b>	<b>734</b>

**ДЕНЬ 2**

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	100	14,1	14	18,1	262
512-III/04	Рис припущенный	150	3,6	6	37,5	220
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,9</b>	<b>25,2</b>	<b>109,5</b>	<b>779</b>

**ДЕНЬ 3**

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/8	1,8	5	8,2	87
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	100	13,1	14	18,1	262
510-III/04	Каша вязкая пшенная	150	4,2	6,7	24	175
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
	<b>ИТОГО:</b>		<b>22,8</b>	<b>26,7</b>	<b>89,9</b>	<b>705</b>

ДЕНЬ 4

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом со сметаной	200/12	4,7	5,2	5,3	109
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	100	15	14,2	7,8	239
518-III/04	Картофель отварной	150	3	6,1	24,3	166
639-III/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		<b>ИТОГО:</b>	<b>26,4</b>	<b>26,4</b>	<b>90,8</b>	<b>748</b>

ДЕНЬ 5

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/14	1,8	7	10,6	115
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	100	14	12,2	15	247
516-III/04	Макаронные изделия отварные	150	5,2	6,1	36	220
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	43	2,7	0,7	18,9	95
		<b>ИТОГО:</b>	<b>23,9</b>	<b>26</b>	<b>95,5</b>	<b>735</b>

ДЕНЬ 6

ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	2,8	5	84
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	100	14,1	14	18,1	262
514-III/04	Бобовые отварные (горох)	150	7,6	7,8	27,7	208
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	70	4,3	1,3	30,8	154
		<b>ИТОГО:</b>	<b>30,6</b>	<b>25,9</b>	<b>96,6</b>	<b>766</b>

ДЕНЬ 7

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200	1,6	4,2	10,4	86
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	100/50	13,8	14,6	27,3	297
510-III/04	Каша вязкая гречневая	150	4,5	6,7	22,4	171
639-III/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
ТТК № 21	Хлеб домашний	62	3,8	1,1	27,2	136
		<b>ИТОГО:</b>	<b>24,3</b>	<b>26,6</b>	<b>118,7</b>	<b>814</b>

ДЕНЬ 8

81/11; ТТК № 99	Суп картофельный с горохом с филе птицы отварным	200/8	6,2	5,1	17,8	145
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	100	14	12,2	15	247
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	150	4,2	6,7	24	175
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	64	4	1,2	28,1	140
		<b>ИТОГО:</b>	<b>28,6</b>	<b>25,2</b>	<b>99,9</b>	<b>765</b>

ДЕНЬ 9

67/11; ТТК № 99	Щи из свежей капусты с картофелем с филе птицы отварным	200/14	3,8	4,6	8	90
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	100	15	14,2	7,8	239
516-III/04	Макаронные изделия отварные	150	5,2	6,1	36	220
639-III/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
ТТК № 21	Хлеб домашний	66	4,1	1,2	29	145
		<b>ИТОГО:</b>	<b>28,7</b>	<b>26,1</b>	<b>112,2</b>	<b>818</b>

ДЕНЬ 10

80/11	Суп картофельный с пшеном	200	2	4,2	11,4	92
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	100	13,1	14	18,1	262
512-III/04	Рис припущенный	160	3,8	6,4	39,5	235
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
		<b>ИТОГО:</b>	<b>22,6</b>	<b>25,6</b>	<b>108,6</b>	<b>770</b>