

СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог

Кондратьев
подпись
ФИО
дата



И.А. Горобченко
подпись

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ (2 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Усальцев
подпись
ФИО
дата

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ (2 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА**

| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | |
|---|--------|------------|--------------|--------------|------------------|-----------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | ТЭ,мг | B1,мг | C,мг |
| 1 Неделя | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий | ТТК | 110 | 0,86 | 0,11 | 3,78 | 17,17 | 24,79 | 15,09 | 45,28 | 0,64 | 0,00 | 11,00 | 0,11 | 0,04 | 10,78 |
| Филе индейки тушеное с морковью (рис. мука) | ТТК | 100 | 15,37 | 6,03 | 6,52 | 140,00 | 24,90 | 23,13 | 146,89 | 1,14 | 6,84 | 474,94 | 1,68 | 0,04 | 0,87 |
| Говядина отварная для I блюд | ТТК | 26 | 7,07 | 5,05 | 0,22 | 74,54 | 6,61 | 7,53 | 56,80 | 0,95 | 0,00 | 20,82 | 0,18 | 0,01 | 0,05 |
| Суп картофельный | ТТК | 250 | 2,38 | 3,06 | 20,07 | 115,31 | 19,98 | 27,43 | 67,89 | 1,06 | 0,00 | 203,42 | 1,49 | 0,11 | 9,64 |
| Сметана | ТТК | 30 | 0,74 | 3,96 | 0,99 | 43,03 | 23,24 | 2,36 | 15,92 | 0,05 | 18,00 | 32,10 | 0,09 | 0,00 | 0,05 |
| Рис отварной | ТТК | 210 | 5,04 | 6,70 | 52,82 | 292,44 | 14,12 | 33,29 | 102,49 | 0,72 | 22,68 | 42,53 | 0,40 | 0,05 | 0,00 |
| Компот из свежих груш (б/сахара) | ТТК | 210 | 1,07 | 0,06 | 14,07 | 52,96 | 32,59 | 20,95 | 28,52 | 0,65 | 0,00 | 122,43 | 1,16 | 0,02 | 0,34 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 10 | 1,04 | 0,14 | 7,02 | 34,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 946 | 33,57 | 25,11 | 105,48 | 769,63 | 146,22 | 129,77 | 463,79 | 5,21 | 47,52 | 907,24 | 5,10 | 0,26 | 21,72 |
| 2 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий | ТТК | 32 | 0,25 | 0,03 | 1,10 | 5,00 | 7,21 | 4,39 | 13,17 | 0,19 | 0,00 | 3,20 | 0,03 | 0,01 | 3,14 |
| Печень тушеная с картофелем (б/томата) | ТТК | 230 | 6,22 | 5,21 | 15,12 | 121,29 | 68,20 | 39,18 | 119,51 | 3,26 | 11,59 | 44,10 | 0,60 | 0,19 | 73,42 |
| Говядина отварная для I блюд | ТТК | 100 | 27,20 | 19,44 | 2,76 | 288,00 | 38,16 | 43,44 | 327,72 | 5,46 | 0,00 | 120,12 | 1,02 | 0,06 | 0,30 |
| Суп бульон с рисом и зеленым луком | ТТК | 250 | 2,64 | 3,85 | 13,31 | 31,50 | 15,71 | 18,27 | 46,46 | 0,64 | 0,00 | 201,53 | 1,47 | 0,05 | 4,60 |
| Компот из свежих яблок (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,15 | 0,14 | 14,29 | 52,00 | 9,60 | 5,40 | 6,60 | 1,32 | 0,00 | 3,00 | 0,12 | 0,02 | 6,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 10 | 1,04 | 0,14 | 7,02 | 34,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 822 | 37,50 | 28,82 | 53,59 | 531,97 | 138,88 | 110,68 | 513,46 | 10,87 | 11,59 | 371,95 | 3,24 | 0,33 | 87,46 |
| 3 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Фрикадельки паровые | ТТК | 100 | 21,02 | 16,88 | 1,07 | 239,60 | 6,95 | 0,84 | 5,89 | 0,05 | 9,90 | 21,54 | 0,09 | 0,00 | 0,01 |
| Говядина отварная для I блюд | ТТК | 25 | 6,80 | 4,86 | 0,21 | 71,67 | 6,36 | 7,24 | 54,62 | 0,91 | 0,00 | 20,02 | 0,17 | 0,01 | 0,05 |
| Суп овощной | ТТК | 250 | 2,66 | 3,01 | 13,84 | 89,05 | 28,43 | 24,30 | 64,24 | 1,32 | 0,00 | 203,42 | 1,55 | 0,10 | 21,64 |
| Каша пшеничная | ТТК | 210 | 5,57 | 6,17 | 32,48 | 207,16 | 20,45 | 37,17 | 106,52 | 1,26 | 17,64 | 34,60 | 0,22 | 0,15 | 0,00 |
| Чай (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,13 | 0,05 | 23,28 | 90,52 | 5,89 | 0,56 | 7,26 | 0,13 | 0,00 | 34,72 | 0,14 | 0,00 | 20,80 |
| Груша печеная | ТТК | 75 | 0,30 | 0,28 | 30,62 | 75,23 | 13,13 | 7,39 | 9,03 | 1,81 | 0,00 | 4,11 | 0,17 | 0,03 | 8,21 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 10 | 1,04 | 0,14 | 7,02 | 34,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 870 | 37,52 | 31,39 | 108,52 | 807,41 | 81,21 | 77,50 | 247,55 | 5,48 | 27,54 | 318,41 | 2,34 | 0,29 | 50,71 |
| 4 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Картофель запеченный из отварного | ТТК | 245 | 5,89 | 16,07 | 49,30 | 362,95 | 34,93 | 61,09 | 160,37 | 2,45 | 56,45 | 114,97 | 0,54 | 0,26 | 24,35 |
| Печень тушеная с овощами (б/томата) | ТТК | 100 | 22,60 | 21,42 | 4,75 | 301,80 | 35,14 | 18,86 | 154,00 | 2,00 | 20,40 | 22,84 | 0,57 | 0,05 | 0,29 |
| Говядина отварная для I блюд | ТТК | 87 | 23,66 | 16,91 | 0,73 | 249,43 | 22,13 | 25,20 | 190,07 | 3,16 | 0,00 | 69,66 | 0,58 | 0,06 | 0,15 |
| Суп лапша говяжья с зеленью | ТТК | 250 | 2,64 | 3,85 | 12,13 | 97,00 | 8,87 | 9,22 | 59,49 | 1,19 | 0,00 | 50,88 | 0,27 | 0,01 | 0,51 |
| Напиток Грушевка (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,08 | 34,51 | 0,26 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 20 | 1,62 | 2,82 | 10,80 | 76,16 | 0,86 | 0,00 | 1,08 | 0,00 | 9,84 | 18,46 | 0,04 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 902 | 56,42 | 61,07 | 86,78 | 1 121,85 | 102,18 | 114,37 | 565,00 | 8,83 | 86,69 | 276,81 | 2,00 | 0,38 | 25,30 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-----------------|-------------|-------------|---------------|
| 5 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов с зеленым луком | ТТК | 140 | 1,06 | 13,83 | 4,49 | 143,98 | 49,38 | 18,63 | 52,57 | 0,88 | 0,00 | 57,96 | 6,41 | 0,04 | 15,23 |
| Колбаски мясные запеченные | ТТК | 100 | 17,30 | 6,27 | 9,91 | 165,94 | 50,45 | 17,48 | 165,12 | 1,16 | 30,00 | 32,66 | 0,52 | 0,04 | 0,29 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 40 | 10,88 | 7,78 | 0,34 | 114,68 | 10,18 | 11,58 | 87,39 | 1,46 | 0,00 | 32,03 | 0,27 | 0,02 | 0,08 |
| Суп бульон говяжий с овощами | ТТК | 250 | 0,04 | 0,00 | 0,41 | 1,60 | 2,96 | 0,80 | 1,38 | 0,09 | 0,00 | 40,77 | 0,02 | 0,00 | 0,04 |
| Рис отварной | ТТК | 220 | 4,88 | 3,53 | 49,02 | 244,43 | 28,10 | 41,86 | 113,90 | 1,01 | 0,00 | 642,40 | 1,89 | 0,06 | 1,97 |
| Чай (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,68 | 0,28 | 14,30 | 54,60 | 12,00 | 3,40 | 3,40 | 0,60 | 0,00 | 163,40 | 0,76 | 0,01 | 200,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 15 | 1,56 | 0,21 | 10,53 | 51,28 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 965 | 36,40 | 31,90 | 89,00 | 776,51 | 153,06 | 93,76 | 423,76 | 5,20 | 30,00 | 969,22 | 9,88 | 0,17 | 217,61 |
| 6 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с рисом* | ТТК | 250 | 1,75 | 2,91 | 15,63 | 94,28 | 15,71 | 18,27 | 46,46 | 0,64 | 0,00 | 201,53 | 1,47 | 0,05 | 4,60 |
| Сметана | ТТК | 27 | 0,66 | 3,56 | 0,88 | 38,72 | 15,49 | 1,57 | 10,61 | 0,03 | 12,00 | 21,40 | 0,06 | 0,00 | 0,03 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 40 | 10,88 | 7,78 | 0,34 | 114,68 | 10,18 | 11,58 | 87,39 | 1,46 | 0,00 | 32,03 | 0,27 | 0,02 | 0,08 |
| Тефтели на пару (б/томата, рис, мука) | ТТК | 100 | 8,86 | 12,89 | 10,91 | 193,33 | 35,14 | 18,86 | 154,00 | 2,00 | 20,40 | 22,84 | 0,57 | 0,05 | 0,29 |
| Каша гречневая | ТТК | 200 | 0,47 | 0,06 | 2,06 | 9,37 | 13,52 | 8,23 | 24,70 | 0,35 | 0,00 | 6,00 | 0,06 | 0,02 | 5,88 |
| Груша | ТТК | 150 | 0,44 | 0,44 | 12,69 | 53,24 | 17,50 | 9,85 | 12,04 | 2,41 | 0,00 | 5,48 | 0,23 | 0,04 | 10,94 |
| Чай (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,68 | 0,28 | 14,30 | 54,60 | 12,00 | 3,40 | 3,40 | 0,60 | 0,00 | 163,40 | 0,76 | 0,01 | 200,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 20 | 1,62 | 2,82 | 10,80 | 76,16 | 0,86 | 0,00 | 1,08 | 0,00 | 9,84 | 18,46 | 0,04 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 987 | 25,36 | 30,73 | 67,60 | 634,38 | 120,40 | 71,76 | 339,68 | 7,49 | 42,24 | 471,14 | 3,46 | 0,18 | 221,82 |
| Среднедневное значение за I неделю | | 915 | 37,79 | 34,84 | 85,16 | 773,62 | 123,66 | 99,64 | 425,54 | 7,18 | 40,93 | 552,46 | 4,34 | 0,27 | 104,10 |
| Наименование блюда | № рец. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | Витамины | | | | |
| | | | | | | | Ca | Mg | P | Fe | A,мг | PЭ,мкг | ТЭ,мг | В1,мг | C,мг |
| 2 Неделя | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий | ТТК | 55 | 0,36 | 0,05 | 1,57 | 7,16 | 10,33 | 6,29 | 18,87 | 0,27 | 0,00 | 4,58 | 0,05 | 0,02 | 4,49 |
| Тефтели на пару (б/томата, рис, мука) | ТТК | 100 | 8,86 | 12,89 | 10,91 | 193,33 | 35,14 | 18,86 | 154,00 | 2,00 | 20,40 | 22,84 | 0,57 | 0,05 | 0,29 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 40 | 16,32 | 11,66 | 0,50 | 172,02 | 15,26 | 17,38 | 131,09 | 2,18 | 0,00 | 48,05 | 0,41 | 0,02 | 0,12 |
| Макаронные изделия отварные | ТТК | 200 | 10,23 | 7,74 | 55,11 | 317,05 | 25,20 | 162,04 | 244,39 | 5,49 | 28,00 | 33,11 | 0,71 | 0,34 | 0,00 |
| Суп картофельный | ТТК | 250 | 2,38 | 3,06 | 20,07 | 115,31 | 19,98 | 27,43 | 67,89 | 1,06 | 0,00 | 203,42 | 1,49 | 0,11 | 9,64 |
| Сметана | ТТК | 20 | 0,49 | 2,64 | 0,66 | 28,68 | 15,49 | 1,57 | 10,61 | 0,03 | 12,00 | 21,40 | 0,06 | 0,00 | 0,03 |
| Компот из свежих груш (б/сахара) | ТТК | 200 | 1,02 | 0,06 | 13,40 | 50,43 | 31,04 | 19,95 | 27,16 | 0,62 | 0,00 | 116,60 | 1,10 | 0,02 | 0,32 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 15 | 1,56 | 0,21 | 10,53 | 51,28 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 880 | 41,22 | 38,31 | 112,76 | 935,26 | 152,44 | 253,52 | 654,00 | 11,65 | 60,40 | 450,00 | 4,38 | 0,56 | 14,89 |
| 2 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Овощная нарезка | ТТК | 150 | 1,54 | 7,15 | 26,03 | 48,99 | 42,57 | 40,22 | 232,91 | 3,31 | 46,06 | 278,02 | 5,18 | 0,09 | 1,91 |
| Зелень | ТТК | 3 | 0,09 | 0,02 | 39,55 | 1,32 | 23,86 | 14,52 | 43,59 | 0,62 | 0,00 | 10,59 | 0,11 | 0,04 | 10,38 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 60 | 16,32 | 11,66 | 0,50 | 172,02 | 15,26 | 17,38 | 131,09 | 2,18 | 0,00 | 48,05 | 0,41 | 0,02 | 0,12 |
| Суп бульон с рисом и зеленым луком | ТТК | 250 | 2,64 | 3,85 | 13,31 | 31,50 | 15,71 | 18,27 | 46,46 | 0,64 | 0,00 | 201,53 | 1,47 | 0,05 | 4,60 |
| Каша гречневая с филе индейки | ТТК | 250 | 30,67 | 15,70 | 39,07 | 408,89 | 27,07 | 25,14 | 159,66 | 1,24 | 7,43 | 516,24 | 1,83 | 0,04 | 0,95 |
| Компот из свежих яблок (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,15 | 0,14 | 14,29 | 52,00 | 9,60 | 5,40 | 6,60 | 1,32 | 0,00 | 3,00 | 0,12 | 0,02 | 6,00 |
| Сухари из ржано-пшеничного хлеба | ТТК | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,02 | 58,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 938 | 53,13 | 38,77 | 144,76 | 772,73 | 134,07 | 120,93 | 620,31 | 9,31 | 53,49 | 1 057,43 | 9,11 | 0,26 | 23,95 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|--------------|-----------------|-------------|-------------|--------------|
| 3 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов с зелёным луком | ТТК | 150 | 1,13 | 14,83 | 29,24 | 154,50 | 26,30 | 47,79 | 136,95 | 1,62 | 22,68 | 44,49 | 0,29 | 0,20 | 0,00 |
| Печень тушеная с овощами (б/томата) | ТТК | 100 | 22,60 | 21,42 | 4,75 | 301,80 | 35,14 | 18,86 | 154,00 | 2,00 | 20,40 | 22,84 | 0,57 | 0,05 | 0,29 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 40 | 10,88 | 7,78 | 0,34 | 114,68 | 10,18 | 11,58 | 87,39 | 1,46 | 0,00 | 32,03 | 0,27 | 0,02 | 0,08 |
| Суп овощной | ТТК | 250 | 2,66 | 3,01 | 13,84 | 89,05 | 28,43 | 24,30 | 64,24 | 1,32 | 0,00 | 203,42 | 1,55 | 0,10 | 21,64 |
| Рис с куркумой | ТТК | 200 | 5,30 | 5,88 | 30,93 | 197,29 | 19,48 | 35,40 | 101,44 | 1,20 | 16,80 | 32,96 | 0,21 | 0,14 | 0,00 |
| Напиток Грушенька (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,08 | 34,51 | 0,26 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 10 | 1,04 | 0,14 | 7,02 | 34,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 950 | 43,61 | 53,05 | 95,20 | 926,01 | 119,78 | 137,93 | 544,03 | 7,63 | 59,88 | 335,74 | 2,89 | 0,51 | 22,01 |
| 4 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Филе индейки тушеное с морковью (рис.мука) | ТТК | 100 | 15,37 | 6,03 | 6,52 | 140,00 | 8,54 | 12,94 | 103,61 | 1,68 | 0,00 | 0,00 | 3,07 | 0,03 | 0,00 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 60 | 16,32 | 11,66 | 0,50 | 172,02 | 15,26 | 17,38 | 131,09 | 2,18 | 0,00 | 48,05 | 0,41 | 0,02 | 0,12 |
| Суп бульон говяжий с зеленью | ТТК | 250 | 2,64 | 18,00 | 12,13 | 115,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Капуста цветная припущенная | ТТК | 210 | 12,86 | 16,07 | 45,64 | 379,07 | 230,08 | 19,20 | 187,52 | 1,26 | 69,53 | 130,20 | 1,30 | 0,09 | 0,07 |
| Чай зеленый (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,08 | 34,51 | 0,26 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 5 | 0,52 | 0,07 | 3,51 | 17,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 825 | 47,71 | 51,83 | 77,38 | 857,69 | 254,14 | 49,52 | 422,22 | 5,15 | 69,53 | 178,25 | 4,77 | 0,15 | 0,19 |
| 5 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Зелень | ТТК | 3 | 0,09 | 0,02 | 39,55 | 1,32 | 23,86 | 14,52 | 43,59 | 0,62 | 0,00 | 10,59 | 0,11 | 0,04 | 10,38 |
| Минтай с сырой пастой | ТТК | 100 | 14,23 | 15,20 | 2,13 | 201,00 | 60,64 | 5,99 | 43,38 | 0,18 | 11,40 | 31,96 | 1,58 | 0,01 | 0,02 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 95 | 25,84 | 18,47 | 0,80 | 272,36 | 24,17 | 27,51 | 207,56 | 3,46 | 0,00 | 76,08 | 0,65 | 0,04 | 0,19 |
| Суп бульон говяжий с овощами | ТТК | 250 | 0,04 | 0,00 | 0,41 | 1,60 | 2,96 | 0,80 | 1,38 | 0,09 | 0,00 | 40,77 | 0,02 | 0,00 | 0,04 |
| Каша пшенная | ТТК | 210 | 5,57 | 6,17 | 32,48 | 207,16 | 20,45 | 37,17 | 106,52 | 1,26 | 17,64 | 34,60 | 0,22 | 0,15 | 0,00 |
| Компот из свежих яблок (б/сахара) | ТТК | 200 | 0,15 | 0,14 | 14,29 | 52,00 | 9,60 | 5,40 | 6,60 | 1,32 | 0,00 | 3,00 | 0,12 | 0,02 | 6,00 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 10 | 1,04 | 0,14 | 7,02 | 34,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 868 | 46,95 | 40,14 | 96,68 | 769,63 | 141,68 | 91,40 | 409,02 | 6,93 | 29,04 | 197,00 | 2,69 | 0,25 | 16,63 |
| 6 День | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обед льготная категория | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты с огурцом | ТТК | 75 | 1,70 | 3,36 | 21,62 | 60,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Суп картофельный с рисом | ТТК | 250 | 1,75 | 2,91 | 15,63 | 94,28 | 15,71 | 18,27 | 46,46 | 0,64 | 0,00 | 201,53 | 1,47 | 0,05 | 4,60 |
| Говядина отварная для I блюда | ТТК | 60 | 16,32 | 11,66 | 0,50 | 172,02 | 15,26 | 17,38 | 131,09 | 2,18 | 0,00 | 48,05 | 0,41 | 0,02 | 0,12 |
| Минтай под овощами (б/томата) | ТТК | 100 | 3,43 | 4,66 | 28,68 | 170,38 | 23,67 | 32,07 | 46,60 | 0,60 | 0,00 | 1 938,00 | 3,03 | 0,04 | 1,94 |
| Картофель тушеный (б/томата) | ТТК | 190 | 3,99 | 10,34 | 49,35 | 231,80 | 34,45 | 17,21 | 118,48 | 0,66 | 15,12 | 28,35 | 0,64 | 0,08 | 0,00 |
| Компот из свежих груш (б/сахара) | ТТК | 200 | 1,02 | 0,06 | 13,40 | 50,43 | 31,04 | 19,95 | 27,16 | 0,62 | 0,00 | 116,60 | 1,10 | 0,02 | 0,32 |
| Гренки из пшеничного хлеба | ТТК | 25 | 2,03 | 3,53 | 13,50 | 95,20 | 1,08 | 0,00 | 1,35 | 0,00 | 12,30 | 23,08 | 0,05 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием | | 900 | 30,24 | 36,52 | 142,68 | 874,86 | 121,21 | 104,88 | 371,14 | 4,70 | 27,42 | 2 355,60 | 6,70 | 0,21 | 6,98 |
| Среднедневное значение за 2 неделю | | 894 | 43,81 | 43,10 | 111,58 | 856,03 | 153,89 | 126,36 | 503,45 | 7,56 | 49,96 | 762,34 | 5,09 | 0,32 | 14,11 |
| Среднедневное значение за 2 недели | | 904 | 40,80 | 38,97 | 98,37 | 814,83 | 138,77 | 113,00 | 464,50 | 7,37 | 45,45 | 657,40 | 4,71 | 0,30 | 59,10 |

Стоимость питания 248 руб в день

Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности(приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Технология приготовления блюд щадящая (припускание, тушение, запекание)

Технолог

Савчук

А.Б.Савчук