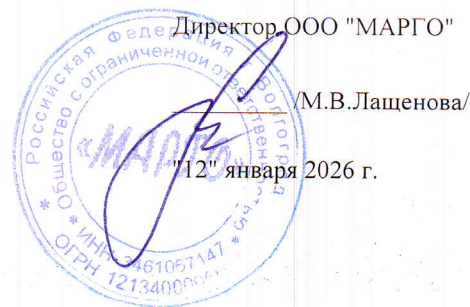


СОГЛАСОВАНО:



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 66-54 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	200/3	2,5	2,7	13,8	88
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	70/35	9,6	10,2	19,1	208
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
		<b>ИТОГО:</b>	<b>18,4</b>	<b>18,3</b>	<b>84,8</b>	<b>578</b>

**ДЕНЬ 2**

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	65	9,1	9,1	11,7	170
512-III/04	Рис припущенный	110	2,6	4,4	27,1	161
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20</b>	<b>18,8</b>	<b>94</b>	<b>635</b>

**ДЕНЬ 3**

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)	70	9,8	9,8	12,6	183
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	100	2,8	4,5	16	117
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>17,1</b>	<b>18,4</b>	<b>70,5</b>	<b>523</b>

**ДЕНЬ 4**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	1,9	6,2	10,7	107
ТТК № 216	Зразы ленивые из филе птицы по-белорусски	60	6,2	6,7	9,8	126
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	45	2,8	0,8	19,8	99
		<b>ИТОГО:</b>	<b>16,3</b>	<b>19,8</b>	<b>91,3</b>	<b>610</b>

**ДЕНЬ 5**

ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	2,8	5	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	80	12	11,3	6,2	191
518-III/04	Картофель отварной	120	2,4	4,9	19,4	133
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	54	3,3	0,9	23,7	118
		<b>ИТОГО:</b>	<b>22,3</b>	<b>19,9</b>	<b>69,3</b>	<b>584</b>

**ДЕНЬ 6**

82/11	Суп картофельный с вермишелью	200	2	2,4	13,8	84
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	65	9,1	9,1	11,7	170
514-III/04	Бобовые отварные (горох)	110	5,6	5,7	20,3	153
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20</b>	<b>18,1</b>	<b>82,8</b>	<b>575</b>

**ДЕНЬ 7**

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)	70/35	9,6	10,2	19,1	208
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	56	3,5	1	24,6	123
		<b>ИТОГО:</b>	<b>18,8</b>	<b>21,2</b>	<b>88,4</b>	<b>623</b>

**ДЕНЬ 8**

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 216	Зразы ленивые из филе птицы по-белорусски	65	6,7	7,2	10,6	137
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	46	2,9	0,8	20,2	101
		<b>ИТОГО:</b>	<b>19</b>	<b>19,1</b>	<b>87,6</b>	<b>605</b>

**ДЕНЬ 9**

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	0,8	70
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	65	9,1	9,1	11,7	170
516-III/04	Макаронные изделия отварные	110	3,8	4,5	25,8	162
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		<b>ИТОГО:</b>	<b>17,7</b>	<b>17,9</b>	<b>74,8</b>	<b>568</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)	65	9,1	9,1	11,7	170
512-III/04	Рис припущенный	130	3,1	5,2	32,1	191
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		<b>ИТОГО:</b>	<b>17,4</b>	<b>19,4</b>	<b>91,7</b>	<b>619</b>