



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
	ИТОГО:		18,4	18,3	84,8	578

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
	ИТОГО:		20	18,8	94	635

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 пшенная	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
	ИТОГО:		17,1	18,4	70,5	523

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
		ИТОГО:	16,3	19,8	91,3	610

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
		ИТОГО:	22,3	19,9	69,3	584

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
		ИТОГО:	20	18,1	82,8	575

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
		ИТОГО:	18,8	21,2	88,4	623

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 пшенная	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
		ИТОГО:	19	19,1	87,6	605

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
		ИТОГО:	17,7	17,9	74,8	568

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
		ИТОГО:	17,4	19,4	91,7	619