

Директор



Согласовано:

*Мундашева Т.В.*

Директор ООО "Комбинат питания"



Утверждаю:

Н.А.Мундашева

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении.**

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:  
Директор



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
Н.А.Мундашева

**1 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброд с сыром	50		6,1	8,7	14,8	162	3	2017
Каша "Дружба"	200		8,6	11,1	33,5	281	356	2022
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>134,00</b>	<b>18,1</b>	<b>22,0</b>	<b>84,1</b>	<b>611</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай с молоком и сахаром	200		1,6	1,4	15,9	81	781	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>8,4</b>	<b>9,5</b>	<b>48,6</b>	<b>300</b>		
<b>Всего:</b>			<b>26,5</b>	<b>31,5</b>	<b>132,7</b>	<b>911</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:  
Директор



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
Н.А.Мундашева



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Плов из птицы	200		16,4	19,9	34,8	354	291	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>134,00</b>	<b>24,9</b>	<b>21,2</b>	<b>80,6</b>	<b>576</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай каркаде с сахаром	200		0,6	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,4</b>	<b>8,1</b>	<b>47,7</b>	<b>277</b>		
<b>Всего:</b>			<b>32,3</b>	<b>29,3</b>	<b>128,3</b>	<b>853</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:  
Директор



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
Н.А.Мундашева



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100		13,7	16,4	13,1	256	268	2017
Бобовые отварные	180		16,9	8,3	40,2	306	306	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>134,00</b>	<b>37,9</b>	<b>25,6</b>	<b>95,3</b>	<b>758</b>		
<b>Полдник</b>								
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,4</b>	<b>8,1</b>	<b>64,1</b>	<b>343</b>		
<b>Всего:</b>			<b>45,3</b>	<b>33,7</b>	<b>159,4</b>	<b>1101</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:

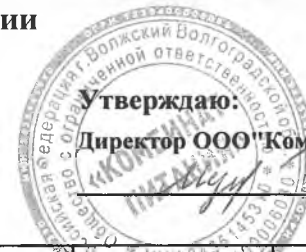
Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Лапшевник с творогом с соусом молочным	250		11,8	16,6	42,2	279	208	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Кондитерские изделия	50		6,3	6,8	23,3	152		
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>134,00</b>	<b>21,6</b>	<b>24,4</b>	<b>102,5</b>	<b>599</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,0</b>	<b>8,1</b>	<b>42,7</b>	<b>259</b>		
<b>Всего:</b>			<b>28,6</b>	<b>32,5</b>	<b>145,2</b>	<b>858</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО «Комбинат питания»

Н.А.Мундашева

**5 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Котлеты или биточки рыбные любительские	100		13,3	12,5	4,8	196	467	2022
Картофель отварной	180		4,3	7,0	35,0	211	310	2017
Чай фруктовый	200		0,2	0,0	10,2	43	783	2022
Хлеб из пшеничной муки	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>134,00</b>	<b>24,9</b>	<b>20,4</b>	<b>77,0</b>	<b>588</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай каркаде с сахаром	200		0,6	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,4</b>	<b>8,1</b>	<b>47,7</b>	<b>277</b>		
<b>Всего:</b>			<b>32,3</b>	<b>28,5</b>	<b>124,7</b>	<b>865</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброд с маслом	40		4,5	7,5	14,9	136	1	2017
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210		10,8	11,7	37,1	284	181	2017
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>134,00</b>	<b>18,7</b>	<b>21,4</b>	<b>87,8</b>	<b>588</b>		
<b>Полдник</b>								
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,4</b>	<b>8,1</b>	<b>64,1</b>	<b>343</b>		
<b>Всего:</b>			<b>26,1</b>	<b>29,5</b>	<b>151,9</b>	<b>931</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Гуляш из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4	126	580	2022
Макаронные изделия отварные	180		6,4	7,4	42,4	265	309	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>134,00</b>	<b>22,1</b>	<b>18,6</b>	<b>93,8</b>	<b>587</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай с молоком и сахаром	200		1,6	1,4	15,9	81	781	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>8,4</b>	<b>9,5</b>	<b>48,6</b>	<b>300</b>		
<b>Всего:</b>			<b>30,5</b>	<b>28,1</b>	<b>142,4</b>	<b>887</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

**Согласовано:**  
Директор



**Утверждаю:**  
Директор ООО "Комбинат питания"



Н.А.Мундашева

**8 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Шницель рубленый куриный	100		13,0	12,4	16,2	210		2022
Рис с овощами	180		4,2	5,3	40,2	216		2022
Чай сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40		2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>134,00</b>	<b>24,5</b>	<b>18,6</b>	<b>93,4</b>	<b>604</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай каркаде с сахаром	200		0,6	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,4</b>	<b>8,1</b>	<b>47,7</b>	<b>277</b>		
<b>Всего:</b>			<b>31,9</b>	<b>26,7</b>	<b>141,1</b>	<b>881</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброд с повидлом	55		4,4	5,9	27,8	156	2	2017
Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200		9,1	10,3	32,5	208	182	2017
Фрукты свежие	100		1,5	0,5	21,0	96	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>134,00</b>	<b>18,0</b>	<b>18,5</b>	<b>107,3</b>	<b>584</b>		
<b>Полдник</b>								
Чай фруктовый	200		0,2	0,0	10,2	42	783	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,0</b>	<b>8,1</b>	<b>42,9</b>	<b>261</b>		
<b>Всего:</b>			<b>25,0</b>	<b>26,6</b>	<b>150,2</b>	<b>845</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



**10 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	г.24	1996
Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90		10,0	14,1	21,6	223	279/331	2017
Каша вязкая гречневая	180		5,6	6,0	24,7	203	303	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>134,00</b>	<b>22,9</b>	<b>21,0</b>	<b>83,3</b>	<b>604</b>		
<b>Полдник</b>								
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Кондитерское изделие	50		6,8	8,1	32,7	219		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>15,00</b>	<b>7,4</b>	<b>8,1</b>	<b>64,1</b>	<b>343</b>		
<b>Всего:</b>			<b>30,3</b>	<b>29,1</b>	<b>147,4</b>	<b>947</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

<b>Итого</b>		<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>Энергетическая ценность, ккал</b>
<b>Итого за период</b>		<b>308,80</b>	<b>295,50</b>	<b>1 423,30</b>	<b>9 079,00</b>
<b>Среднее значение за период</b>		<b>30,9</b>	<b>29,6</b>	<b>142,3</b>	<b>908</b>
<b>Соотношение пищевых веществ</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2,8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом.

Наименование блюд и кулинарных изделий, указанных в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г.Онищенко и научного руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А.Тутельяна, Москва 2022-698 с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л.Марчука - М. Хлебпродинформ, 1996- 620 с

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания/ Под ред. В.Т.Лапшиной - М. Хлебпродинформ, 2002 - 632с.