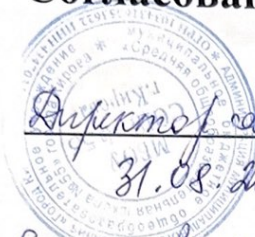


Согласовано:



Директор М.А. Францусова М.А.

31.08.2023г.

Согласовано

*Председатель родительского
комитета Гит. Гиркина Ж.В.*

31.08.2023г.

Утверждаю:

начальник КШП

МКУ «КП и СР»



Сунцов Ф.В.

31.08.2023г.

МЕНЮ

**для организованного питания
детей участников СВО
1 смена**

меню для детей участников СВО 1 смена 81-50
1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		Белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
понедельник												
Завтрак												
котлета рубленая из птицы												
рожки отварные	100	22,0	16,0	18,0	230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	499/4
напиток из кураги	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
батон	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
итого	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
вторник												
Завтрак												
зразы ленивые												
рис отварной	100	10,00	16,00	17,00	252,00	661,00	129,00	45,00	1,00	0,00	4,00	422/96
напиток из яблочный	180	16,0	7,0	37,0	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96
хлеб ржаной	200	2,00	0,00	27,00	111,00	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк
батон	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
итого	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
среда												
Завтрак												
котлета из рыбы	100	16,0	10,0	20,0	221,0	664,0	74,0	42,0	0,0	0,0	0,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	7,0	23,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226,03ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882,06
итого	555	28,0	19,0	105,0	754,0	1823,0	1168,0	87,0	2,0	0,0	36,0	
четверг												
Завтрак												
котлета рябушка	100	22,00	10,00	18,00	262,00	733,00	88,00	46,00	1,00	0,00	1,00	526,06
каша гречневая рассыпчатая	180	7,00	12,00	34,00	266,00	700,00	204,00	20,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,00	27,00	1,00	0,00	0,00	0,00	773/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
итого	555	36,00	25,00	114,00	847,00	1883,0	484,0	91,0	7,0	0,0	1,0	
пятница												
Завтрак												
котлета домашняя	100	14,00	19,00	12,00	247,00	695,0	254,0	16,0	2,0	0,0	0,0	476/97
рагу из овощей	180	3,00	7,00	19,00	158,00	875,00	332,00	58,00	2,00	0,00	3,00	215/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312,01ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк
итого	555	24,0	29,0	97,0	724,0	2022,0	778,0	105,0	6,0	0,0	9,0	
суббота												
Завтрак												
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
пюре гороховое по-домашнему	180	9,0	4,0	20,0	156,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284,01 ттк
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,0	32,0	16,0	1,0	0,0	0,0	702/97
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк
итого	555	32,0	22,0	106,0	761,0	1707,0	471,0	714,0	5,0	0,0	3,0	
итого за 6 дней					4755,0							
среднее значение за период					792,5							

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
2 неделя												
понедельник												
Завтрак												
биточек рубленый из свинины	100	10,0	31,0	18,0	242,0	664,0	72,0	40,0	1,0	0,0	0,0	416/96
рис отварной	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,00	44,00	8,00	0,00	0,00	13,00	312
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
итого	555	32,0	40,0	121,0	815,0	1293,0	718,0	139,0	6,0	0,0	13,0	
вторник												
Завтрак												
котлета по-хлыновски	100	17,00	20,00	9,00	281,00	582,00	151,00	16,00	1,00	0,00	5,00	417/96
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312.01ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	555	31,0	35,00	109,0	866,0	1734,0	647,0	67,0	7,0	0,0	11,0	
среда												
Завтрак												
шницель из рыбы	100	16,0	13,0	16,0	221,0	664,0	74,0	42,0	1,0	0,0	0,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06
итого	555	28,0	21,0	107,0	765,0	1823,0	1168,0	87,0	3,0	0,0	36,0	
четверг												
Завтрак												
биточек рубленый из птицы	100	19,0	10,0	18,0	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	555	31,0	20,0	134,0	847,0	2451,0	807,0	116,0	6,0	0,0	1,0	
пятница												
Завтрак												
котлета домашняя	100	14,00	19,00	12,00	247,00	695,0	254,0	16,0	2,0	0,0	0,0	476/97
рис припущенный	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4.85
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	555	30,0	26,0	94,0	722,0	1930,0	739,0	90,0	7,0	0,0	0,0	
суббота												
Завтрак												
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
итого	555	32,0	30,0	119,0	863,0	1624,0	448,0	740,0	6,0		4,0	
итого за 6 дней					4878,0							
среднее значение за период					813,0							

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- режисен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог



Исупова Л.И.