

СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог



Колесниченко
подпись

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор АО «КШП»



А. Горобченко

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ПИТАЮЩИХСЯ НА СУММУ ДОТАЦИОННЫХ
ВЫПЛАТ
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ



Решетова
подпись

В. В. Решетова
ФИО

20.11.2024
дата

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ПИТАЮЩИХСЯ НА СУММУ ДОТАЦИОННЫХ ВЫПЛАТ
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	A,мкг	B1,мг	E,мг	C,мг
1 Неделя														
1 День														
Горячее питание														
Салат из моркови с маслом К	ТТК 1240	100	1,18	5,36	8,20	81,26	23,67	32,07	0,60	46,60	0,000	0,042	0,000	1,938
Рис отварной	ТТК 1044	200	4,65	4,44	48,87	254,78	7,81	30,54	0,63	93,24	14,400	0,040	0,000	0,000
Чай с сахаром	ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,03	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Сухари из пшеничного хлеба К	ТТК 1030	25	1,73	0,25	12,14	58,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за прием		525	7,76	10,10	76,42	423,98	31,75	62,61	1,25	139,84	14,40	0,08	0,00	1,94
2 День														
Горячее питание														
Салат картофельный с морковью К	ТТК 1241	100	1,55	5,52	12,69	104,74	13,32	22,56	0,68	46,38	0,067	0,027	0,000	5,640
Капуста цветная припущенная (масло поде)	ТТК 970	200	5,36	6,02	13,07	118,35	58,00	34,06	2,82	102,44	0,000	0,160	0,000	63,840
Чай с сахаром	ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,03	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Сухари из ржано-пшеничного хлеба К	ТТК 1012	25	1,68	0,25	11,15	54,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за прием		525	8,78	11,83	44,12	306,77	71,58	56,62	3,53	148,82	0,07	0,19	0,00	69,48
3 День														
Горячее питание														
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК 571	200	4,68	7,02	33,99	233,29	19,44	161,72	5,44	0,00	24,000	0,348	0,000	0,000
Напиток из плодов шиповника	ТТК 627	200	0,68	0,28	24,28	92,52	12,30	3,40	0,63	3,40	0,030	0,014	0,000	200,000
Сухари из ржано-пшеничного хлеба К	ТТК 1012	25	1,68	0,25	11,15	54,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Груша печёная	ТТК 1004	50	0,20	0,15	13,54	51,89	9,71	6,00	1,17	8,00	0,000	0,010	0,000	2,500
Итого за прием		475	7,24	7,69	82,95	432,37	41,45	171,12	7,24	11,40	24,03	0,37	0,00	202,50

4 День														
Горячее питание														
Картофельное пюре (без молока, масло под) К/Ф	ТТК 961	200	3,42	5,43	28,44	174,90	18,85	37,42	1,48	94,60	0,000	0,152	0,000	7,200
Сырники с морковью К	ТТК 1023	50	5,93	2,33	6,54	70,83	4,48	5,68	0,23	10,49	0,026	0,023	0,000	0,575
Чай с сахаром	ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,03	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Сухари из пшеничного хлеба К	ТТК 1030	25	1,73	0,25	12,14	58,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за прием		475	11,27	8,05	54,34	333,67	23,59	43,10	1,73	105,09	0,03	0,18	0,00	7,78
5 День														
Горячее питание														
Рис с овощами	ТТК 583	250	5,55	4,01	55,71	277,76	25,85	47,20	1,11	0,00	0,000	0,070	0,000	2,230
Компот из свежих яблок	ТТК 623	200	0,08	0,07	11,19	43,40	3,08	1,57	0,41	1,91	0,000	0,004	0,000	0,800
Сухари из ржано-пшеничного хлеба К	ТТК 1012	25	1,68	0,25	11,15	54,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за прием		475	7,31	4,33	78,05	375,83	28,93	48,77	1,52	1,91	0,00	0,07	0,00	3,03
Среднедневное значение за 1 неделю		495	8,47	8,40	67,18	374,52	39,46	76,44	3,05	81,41	7,70	0,18	0,00	56,94
Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Са	Mg	P	Fe	A,мкг	B1,мг	E,мг	C,мг
2 Неделя														
1 День														
Горячее питание														
Каша ячневая (б/молока)К	ТТК 1245	200	4,40	0,58	35,01	158,01	37,44	22,32	0,82	152,66	0,000	0,120	0,000	0,000
Чай с сахаром	ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,03	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Сухари из пшеничного хлеба К	ТТК 1030	25	1,73	0,25	12,14	58,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Яблоки печёные (б/сахара)	ТТК 1016	50	0,23	0,23	6,61	27,75	9,12	5,13	1,25	6,27	0,000	0,017	0,000	5,700
Итого за прием		475	6,55	1,10	60,98	273,70	46,82	27,45	2,10	158,93	0,00	0,14	0,00	5,70
2 День														
Горячее питание														
Салат из моркови с маслом К	ТТК 1240	100	1,18	5,36	8,20	81,26	23,67	32,07	0,60	46,60	0,000	0,042	0,000	1,938
Каша пшеничная	ТТК 1045	180	4,75	3,94	26,98	165,09	3,18	0,12	0,03	0,00	12,960	0,000	0,000	0,000
Компот из свежих груш	ТТК 1237	200	0,08	0,07	11,19	43,40	3,08	1,57	0,41	1,91	0,000	0,004	0,000	0,800
Сухари из ржано-пшеничного хлеба К	ТТК 1012	25	1,68	0,25	11,15	54,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за прием		505	7,69	9,62	57,52	344,42	29,93	33,76	1,03	48,51	12,96	0,05	0,00	2,74
3 День														
Горячее питание														
Картофель тушёный (б/томата) К/Ц	ТТК 1038	200	3,15	3,08	26,03	140,42	27,72	36,86	1,39	93,18	9,600	0,134	0,000	12,112
Чай зеленый с сахаром	ТТК 613	200	0,00	0,00	9,08	24,51	0,26	0,00	0,03	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Сухари из пшеничного хлеба К	ТТК 1030	25	1,73	0,25	12,14	58,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000
Итого за прием		425	4,89	3,33	47,25	223,86	27,98	36,86	1,42	93,18	9,60	0,13	0,00	12,11

4 День															
Горячее питание															
Рис отварной	ТТК 1044	200	4,65	4,44	48,87	254,78	7,81	30,54	0,63	93,24	14,400	0,040	0,000	0,000	
Груша печеная	ТТК 1004	50	0,20	0,15	13,54	51,89	9,71	6,00	1,17	8,00	0,000	0,010	0,000	2,500	
Чай с сахаром	ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,03	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	
Сухари из пшеничного хлеба К	ТТК 1030	25	1,73	0,25	12,14	58,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	
Итого за прием		475	6,77	4,89	81,76	394,61	17,79	36,54	1,83	101,24	14,40	0,05	0,00	2,50	
5 День															
Горячее питание															
Творожные сырники (б/сахара) К/Ц	ТТК 1231/1	50	8,51	3,88	6,36	96,75	4,04	3,50	0,24	0,00	40,000	0,026	0,000	0,006	
Каша ячневая (б/молока)К	ТТК 1245	200	4,40	0,58	35,01	158,01	37,44	22,32	0,82	152,66	0,000	0,120	0,000	0,000	
Напиток Грушёнъка	ТТК 626	200	0,02	0,01	9,68	36,82	1,10	0,52	0,13	0,70	0,000	0,000	0,000	0,100	
Сухари из ржано-пшеничного хлеба К	ТТК 1012	25	1,68	0,25	11,15	54,67	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,000	0,000	0,000	
Итого за прием		475	14,61	4,72	62,19	346,25	42,58	26,34	1,18	153,36	40,00	0,15	0,00	0,11	
Среднедневное значение за 2 неделю		471	8,10	4,73	61,94	316,57	33,02	32,19	1,51	111,04	15,39	0,10	0,00	4,63	
Среднедневное значение за 2 недели		483	8,29	6,57	64,56	345,55	36,24	54,32	2,28	96,23	11,55	0,14	0,00	30,79	

Стоимость питания 55 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептур 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.

Технолог

Корнева

М. Н. Корнева