

СОГЛАСОВАНО
Специалист диетолог



дата



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, ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ



подпись

Ф.И.О.

дата

Решетко 1

20.11.2024

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

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
1 Неделя																
1 День																
Горячее питание																
Картофельное пюре (б/молока, масло подс.)	ТТК 961	180	3,35	5,32	27,87	171,40	18,47	36,67	92,7	1,45	0	5,29	2,33	0,15	7,06	
Помидор свежий дольками	ТТК 676	60	0,58	0,11	2,75	13,72	7,41	10,58	13,76	0,48	0	71,82	0,38	0,03	13,23	
Чай с сахаром	ТТК 618	200	0,19	0,04	9,22	36,01	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
Итого за прием		440	4,12	5,47	39,84	221,13	26,14	47,25	106,46	1,96	0,00	77,11	2,71	0,18	20,29	
2 День																
Горячее питание																
Огурец свежий	ТТК 675	50	0,39	0,05	1,23	7,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Пюре из овощей (без молока, масло под.)	ТТК 1047	210	3,59	1,50	38,82	183,75	53,37	30,66	93,53	2,55	9,07	34,51	0,47	0,15	57,46	
Напиток Каркаде	ТТК 628	200	0,04	0,00	9,48	35,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		460	4,02	1,55	49,53	226,95	53,37	30,66	93,53	2,55	9,07	34,51	0,47	0,15	57,46	
3 День																
Горячее питание																
Овощное ассорти	ТТК 674	40	0,36	0,05	12,07	7,60	16,28	14,79	29,58	0,65	0,00	71,50	0,40	0,03	7,00	
Капуста тушеная (б/муки, масло подс.)	ТТК 966	200	4,08	6,38	39,34	147,20	94,95	31,35	64,47	1,22	15,12	106,63	0,30	0,05	37,79	
Чай с лимоном	ТТК 614	200	0,23	0,39	9,09	37,80										
Итого за прием		480	4,67	6,82	60,50	192,60	111,23	46,14	94,05	1,87	15,12	178,13	0,70	0,08	44,79	
4 День																
Горячее питание																
Салат из свежих огурцов	ТТК 1033	40	0,28	3,95	1,25	40,92	27,72	12,92	39,12	0,59	0,00	9,10	4,49	0,03	8,92	
Картофель отварной с луком (масло подс.)	ТТК 968	200	3,81	5,17	31,66	189,31	41,74	37,25	110,30	1,66	41,47	82,21	0,44	0,15	14,17	
Напиток Грушняка	ТТК 626	200	0,02	0,02	9,55	37,00										
Итого за прием		440	4,11	9,14	42,46	267,23	69,46	50,17	149,42	2,25	41,47	91,31	4,93	0,18	23,09	
5 День																
Горячее питание																
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	ТТК 679	30	0,23	2,96	9,80	30,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Рагу овощное с тыквой (б/горошка, б/муки, масло подс.)	ТТК 964	200	3,34	10,25	35,09	187,80	40,79	32,36	77,98	1,26	20,90	884,64	0,51	0,09	10,72	
Напиток из плодов шиповника	ТТК 627	200	0,69	0,29	19,64	92,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		430	4,26	13,50	64,53	311,30	40,79	32,36	77,98	1,26	20,90	884,64	0,51	0,09	10,72	

5 День															
Горячее питание															
Огурец свежий	ТТК 675	52	0,78	0,10	3,43	15,61	22,54	13,72	41,16	0,59	0,00	10,00	0,10	0,03	9,80
Рагу овощное с тыквой (б/горошка, б/муки, масло подс.)	ТТК 964	200	3,34	10,25	35,90	187,80	41,74	37,25	110,30	1,66	41,47	82,21	0,44	0,15	14,17
Чай зеленый с сахаром	ТТК 613	200	0,00	0,00	9,08	34,60	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		452	4,12	10,35	48,41	238,01	64,54	50,97	151,46	2,28	41,47	92,21	0,54	0,18	23,97
6 День															
Горячее питание															
Овощное ассорти	ТТК 674	45	0,40	0,06	12,21	8,55	16,28	14,79	29,58	0,65	0,00	71,50	0,40	0,03	7,00
Пюре из овощей (без молока, масло под)	ТТК 1047	190	3,25	1,36	36,20	166,25	53,37	30,66	93,53	2,55	9,07	34,51	0,47	0,15	57,46
Компот фруктово ягодный	ТТК 625	200	0,38	0,14	24,46	40,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		435	4,03	1,56	72,87	215,60	69,65	45,45	123,11	3,20	9,07	106,01	0,87	0,18	64,46
Среднедневное значение за 2 неделю		470	4,25	5,02	60,45	224,76	52,08	36,19	94,83	1,87	17,86	77,59	0,80	0,12	26,05
Среднедневное значение за 2 недели		462	4,35	6,56	59,70	240,98	62,77	36,76	98,56	1,78	20,90	149,59	1,18	0,12	27,04

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 таблиц №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 рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скюрихин, 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.

Щадящее приготовление блюда (припускание, тушение, запекание)

Технолог

Корнева

М.Н. Корнева