



Утверждаю:

Директор

ЭМУП «Общественное питание»

*Т. Н. Кулешова* - Т. Н. Кулешова

*15 января* 2022 года

**Примерное двухнедельное меню  
двухразового питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
ОВЗ 1-4 классы I смены  
для муниципальных общеобразовательных учреждений  
Эжвинского района г. Сыктывкара  
зимне-весеннего сезона**

1 неделя															
ПОНЕДЕЛЬНИК															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювал	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe		
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>															
Каша вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным	230/10	9,9	12,6	50,7	356,6	1,1	0,15	84	0,26	164,6	249,1	49,5	2,6	Москва 2017 №174	
Сыр твердый порциями	30	6,96	8,85	0	108	0,21	0,05	261	0,45	880,5	501	35	1,05	Москва 1994 таб. № 25	
Батон нарезной	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК	
Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	1,6	0,06	24,4	0	152,2	124,6	21,3	0,47	Москва 1996 № 642	
<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>23,36</b>	<b>26,65</b>	<b>93,4</b>	<b>704,6</b>	<b>2,91</b>	<b>0,28</b>	<b>369,4</b>	<b>0,97</b>	<b>1201,9</b>	<b>892,1</b>	<b>112,4</b>	<b>4,34</b>		
<b>2 -й прием пищи</b>															
Суп картофельный с бобовыми, колбаса п/к	250/10	6,7	5,27	20,7	185,4	7,3	0,23	0	2,4	42,8	88,1	35,6	2	Москва 1996 №138	
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685	
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК	
<b>Итого</b>		<b>8,37</b>	<b>5,49</b>	<b>45,9</b>	<b>295,4</b>	<b>7,3</b>	<b>0,25</b>	<b>0</b>	<b>2,66</b>	<b>52,5</b>	<b>113,2</b>	<b>46,4</b>	<b>3,04</b>		
<b>ВТОРНИК</b>															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювал	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe		
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>															
Сосиски отварные	100	12	22	0	246	0	0,14	0	0,38	32,3	119,3	15,9	1,38	Пермь 2006 № 185	
Пюре картофельное	130	3,06	4,8	20,44	137,25	18,2	0,1	29,9	0,2	38,3	77,3	24,6	0,9	Москва 1996 №472	
Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,2	6,6	5,3	0,02	0	0,2	4,2	7,8	6	0,27	ТТК №14	
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	4	0,02	0	0,2	14	14	8	2,8		
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК	
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>17,59</b>	<b>27,46</b>	<b>64,44</b>	<b>576,25</b>	<b>27,5</b>	<b>0,3</b>	<b>29,9</b>	<b>1,24</b>	<b>93,4</b>	<b>295,8</b>	<b>61,1</b>	<b>5,57</b>		
<b>2 -й прием пищи</b>															
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,74	6,33	11,16	111,14	10,7	0,05	11	2,4	58,5	60,7	27	1,22	Москва 1996 №110	
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685	
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК	
<b>Итого</b>		<b>3,11</b>	<b>6,55</b>	<b>34,76</b>	<b>214,14</b>	<b>15,00</b>	<b>0,07</b>	<b>11,0</b>	<b>2,6</b>	<b>68,2</b>	<b>89,6</b>	<b>36,2</b>	<b>2,64</b>		
<b>СРЕДА</b>															
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет														№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювал	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe		
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>															
Плов из филе куриного	75/200	32,9	16,2	52,05	487,2	9,01	0,2	38,5	0,75	49,6	260,3	74,1	2,5	ТТК	
Огурец свежий	30	0,25	0,06	0,8	4,2	0,84	0	0	0	5,5	5,8	3,4	0,12	ТТК №12	
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК	
Компот из апельсин	200	0,45	0,1	141,2	141,2	12	0,02	0	0,1	23	11,5	7,6	0,24	ТТК	

ИТОГО	535	35,2	16,56	204,25	682,6	21,85	0,24	38,5	1,11	82,7	295	91,7	3,08	
<b>2-й прием пищи</b>														
Рассольник ленинградский, филе куриное отварное, сметана	250/10/10	5,1	5,3	20,2	251	8,4	0,19	15,5	2,6	39,7	82,15	44,06	1,02	Москва 1996 № 129
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
ИТОГО		6,77	5,52	45,40	361,00	8,4	0,21	15,5	2,9	49,4	107,3	54,9	2,1	
<b>ЧЕТВЕРГ</b>														
НАИМЕНОВАНИЕ	<b>7-11 лет</b>													№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Кюль	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>														
Запеканка из творога	150	26,4	18,1	25,50	370,2	0,39	0,09	90	1,2	195	282	33	1,35	Москва 1996 № 297
Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,3	0,02	14	0,1	92,1	65,7	10,2	0,1	
Банан свежий	100	1,5	0,5	21	96	10	0,04	0	0,4	8	28	42	0,6	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0,9	Москва 2004 № 686
ИТОГО	502	30,19	21,17	78,35	626,6	13,52	0,15	104	1,72	303	384,8	90,2	2,95	
<b>2-й прием пищи</b>														
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,51	6,39	7,99	94,43	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23	0,83	Москва 1996 № 120
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарицкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
ИТОГО		2,88	6,61	31,59	197,43	15,8	0,08	11	2,53	67,7	84	32,2	2,25	
<b>ПЯТНИЦА</b>														
НАИМЕНОВАНИЕ	<b>7-11 лет</b>													№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Кюль	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>														
Котлеты "Особые" рубленые	90	8,64	11,06	44,32	312	0,98	0,13	73,5	0,39	144	218	43,3	2,3	ТТК
Макаронные изделия отвар.	150	5,52	4,51	26,65	168,45	0	0,06	34,3	0,8	13,8	45,4	8,9	1,1	Москва 1996 № 273
Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,2	6,6	5,3	0,02	0	0,2	4,2	7,8	6	0,27	ТТК № 14
Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	36	0,01	0	0,38	23,7	18,4	13,42	0,71	ТТК
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
ИТОГО	500	16,09	15,63	102,34	613,05	42,28	0,24	107,8	2,09	190,3	307	78,22	4,6	
<b>2-й прием пищи</b>														
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	4,19	3,95	15,46	125,61	11,12	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,8	2,05	Москва 1996 № 135
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
ИТОГО		5,86	4,17	40,66	235,61	11,12	0,25	0	2,68	52,38	113,2	46,6	3,09	

СУББОТА														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювал	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>														
Фринадельни рыбные, соус белый	90/50	12	22	0	246	0	0,14	0	0,4	32,3	119,3	15,9	1,38	Москва 2017 № 240
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	0	0,2	0	0	14	201,6	134,4	4,8	Пермь 2006 № 196
Компот из клюквы	200	0,11	0	21,07	84,7	36	0,01	0	0,38	23,7	18,4	13,4	0,71	Пермь 2006 № 226
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
<b>ИТОГО</b>	<b>520</b>	<b>22,31</b>	<b>28,29</b>	<b>69,91</b>	<b>624,45</b>	<b>36</b>	<b>0,37</b>	<b>0</b>	<b>1,04</b>	<b>74,6</b>	<b>356,7</b>	<b>170,3</b>	<b>7,11</b>	
<b>2 -й прием пищи</b>														
Суп-лапша домашняя, филе куриное отварное	250/10	2,8	5,8	13,9	120	7,66	0,04	9,3	2,1	49	49	22,2	1,1	Москва 1996 № 151
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
<b>ИТОГО</b>		<b>4,17</b>	<b>6,02</b>	<b>37,5</b>	<b>223</b>	<b>7,66</b>	<b>0,06</b>	<b>9,3</b>	<b>2,28</b>	<b>58,7</b>	<b>77,9</b>	<b>31,4</b>	<b>2,52</b>	
<b>2 неделя</b>														
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювал	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>														
Каша вязкая молочная пшеница с маслом сливочным	230/10	7,2	9,0	39,9	280	1,1	0,15	43,4	0,33	126,9	185,9	82,4	2,4	Москва 1996 № 257
Колбаса п/к	25	2,3	6,1	14,3	60	0,11	0,05	5,7	0,2	7,8	26,2	29,7	13,3	ТТК
Батон нарезной	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,93	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0,9	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>517</b>	<b>11,23</b>	<b>16,12</b>	<b>64,4</b>	<b>452</b>	<b>4,04</b>	<b>0,22</b>	<b>49,1</b>	<b>0,61</b>	<b>147,2</b>	<b>238,6</b>	<b>123,7</b>	<b>16,82</b>	
<b>2 -й прием пищи</b>														
Суп картофельный с макаронными изделиями, филе куриное отварное	250/10	4,19	3,95	15,46	125,61	11,1	0,23	0	2,42	42,68	88,1	35,6	2	Москва 1996 № 139
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
<b>ИТОГО</b>		<b>5,56</b>	<b>4,17</b>	<b>39,06</b>	<b>228,61</b>	<b>11,1</b>	<b>0,25</b>	<b>0</b>	<b>2,6</b>	<b>52,38</b>	<b>117</b>	<b>44,8</b>	<b>3,42</b>	
<b>ВТОРНИК</b>														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ по сборнику рецептур
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювал	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	

ЗАВТРАК 1 смена														
Колбаски рубленные куриные	90	14,1	16,02	9,6	239,3	0,81	0,07	18	0,36	39,6	86,4	23,4	1,98	ТТК
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,65	168,45	0	0,06	34,3	0,8	13,8	45,4	8,9	1,1	Москва 1996 № 273
Огурец свежий	30	0,25	0,06	0,8	4,2	0,84	0	0	0	5,5	5,8	3,4	0,12	ТТК №1,2
Компот из свежих яблок	200	0,2	0	35,8	136	1,1	0,012	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	Москва 1996 № 515
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>14,1</b>	<b>16,02</b>	<b>9,6</b>	<b>239,3</b>	<b>0,81</b>	<b>0,07</b>	<b>18</b>	<b>0,36</b>	<b>39,6</b>	<b>86,4</b>	<b>23,4</b>	<b>1,98</b>	
2-й прием пищи														
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,51	6,99	7,99	94,43	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23	0,83	Москва 1996 № 120
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
<b>ИТОГО</b>		<b>3,18</b>	<b>6,61</b>	<b>33,19</b>	<b>204,43</b>	<b>15,8</b>	<b>0,08</b>	<b>11</b>	<b>2,61</b>	<b>67,7</b>	<b>80,2</b>	<b>33,8</b>	<b>1,87</b>	
СРЕДА														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювел	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена														
Пудинг из творога (запеченный), молоку сгущенное	120/30	19,4	15,2	49,7	413,6	0,7	0,1	89,4	0,7	272,2	301,2	40,5	1,2	Москва 1996 № 296
Мандарин свежий	130	1,04	0	11,2	49,4	0	0,03	0	0	0	0	0	3	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	2,83	0	0	0,02	7,9	9,1	5	0,9	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>502</b>	<b>20,57</b>	<b>15,22</b>	<b>76,1</b>	<b>525</b>	<b>3,53</b>	<b>0,13</b>	<b>89,4</b>	<b>0,72</b>	<b>280,1</b>	<b>310,3</b>	<b>45,5</b>	<b>5,1</b>	
2-й прием пищи														
Рассольник ленинградский, филе куриное отварное, сметана	250/10/10	1,51	6,99	7,99	94,43	15,8	0,06	11	2,35	58	55,1	23,0	0,83	Москва 1996 № 120
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
<b>ИТОГО</b>		<b>2,88</b>	<b>6,61</b>	<b>31,59</b>	<b>197,43</b>	<b>15,8</b>	<b>0,08</b>	<b>11</b>	<b>2,53</b>	<b>67,7</b>	<b>84</b>	<b>32,22</b>	<b>2,25</b>	
ЧЕТВЕРГ														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	Выход, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	Ювел	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
ЗАВТРАК 1 смена														
Котлеты рубленые из говядины	90	8,64	11,05	44,32	312	0,98	0,13	73,5	0,39	144	218	43,3	2,3	Москва 1996 № 416
Рис отварной рассыпчатый	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0	0,03	27	0,6	2,61	61,5	19,01	0,53	Москва 1996 № 465

Помидор свежий	30	0,33	0,06	1,2	6,6	5,3	0,02	0	0,2	4,2	7,8	6	0,27	ТТК №14
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	4	0,02	0	0,2	14	14	8	2,8	Москва 2011 № 389
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>14,82</b>	<b>17,09</b>	<b>125</b>	<b>714,7</b>	<b>10,28</b>	<b>0,22</b>	<b>100,5</b>	<b>1,65</b>	<b>169,41</b>	<b>318,7</b>	<b>82,91</b>	<b>6,12</b>	
<b>2 -й прием пищи</b>														
Суп картофельный с бобовыми, колбаса п/к	250/10	6,7	5,27	20,7	185,4	7,3	0,23	0	2,4	42,8	88,1	35,6	2	Москва 1996 №138
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
<b>ИТОГО</b>		<b>8,37</b>	<b>5,49</b>	<b>45,9</b>	<b>295,4</b>	<b>7,3</b>	<b>0,25</b>	<b>0</b>	<b>2,66</b>	<b>52,5</b>	<b>113,2</b>	<b>46,4</b>	<b>3,04</b>	
<b>ПЯТНИЦА</b>														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ по сборнику рецептур
	ВЫХОД, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	КЩЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>														
Сардельки отварные	100	12	22	0	246	0	0,14	0	0,38	32,3	119,3	15,9	1,38	Пермь 2006 № 185
Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	137,25	18,2	0,1	29,9	0,2	38,3	77,3	24,6	0,9	Москва 1996 № 472
Огурец свежий	30	0,25	0,06	0,8	4,2	0,84	0	0	0	5,5	5,8	3,4	0,12	ТТК №12
Компот из вишни	200	0,4	0	36	143	24	0,02	0,00	0,07	20,32	19,36	8,12	0,45	Москва 1996 № 585
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
<b>ИТОГО</b>	<b>510</b>	<b>17,31</b>	<b>27,05</b>	<b>67,44</b>	<b>580,45</b>	<b>43,04</b>	<b>0,28</b>	<b>29,9</b>	<b>0,91</b>	<b>101,02</b>	<b>239,16</b>	<b>58,62</b>	<b>3,07</b>	
<b>2 -й прием пищи</b>														
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	1,74	6,33	11,16	111,14	10,7	0,05	11	2,4	58,5	60,7	27	1,22	Москва 1996 № 110
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Дарницкий"	30	1,3	0,2	8,6	43	0	0,02	0	0,18	4,6	21,2	5	0,6	ТТК
<b>ИТОГО</b>		<b>3,11</b>	<b>6,55</b>	<b>34,76</b>	<b>214,14</b>	<b>10,7</b>	<b>0,07</b>	<b>11</b>	<b>2,58</b>	<b>68,2</b>	<b>89,6</b>	<b>36,2</b>	<b>2,64</b>	
<b>СУББОТА</b>														
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет													№ по сборнику рецептур
	ВЫХОД, гр	Белок, гр	Жиры, гр	Углевод, м, гр	КЩЛ	Витамин С	Витамин В1	Витамин А	Витамин Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК 1 смена</b>														
Пикша припущенная масло сливочное	90/10	17,1	8,2	0,9	146	0,82	0,08	49	0,48	15,4	196	15,4	0,9	ТТК
Картофель отварной	150	2,9	4,3	23	142,4	21	0,15	0	0,2	14,6	79,7	29,3	1,2	Москва 2017 № 310
Огурец соленый	20	0,16	0,02	0,34	2	0,7	0	0	0	4,6	4,8	2,8	0,1	Москва 1996 таб № 24
Компот из клюквы	200	0,11	0	21,07	84,7	36	0,01	0	0,38	23,7	18,4	13,4	0,71	Пермь 2006 № 225
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК

Итого		21,87	12,72	55,51	425,1	58,52	0,26	49	1,32	62,9	316,3	67,5	3,13	
<b>2 -й прием пищи</b>														
Суп-лапша домашняя,филе куриное отварное	250/10	2,8	5,8	13,9	120	7,66	0,04	9,3	2,1	49	49	22,2	1,1	Москва 1996 № 151
Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	5,1	7,7	4,2	0,82	Москва 2004 № 685
Хлеб "Городской"	30	1,6	0,2	10,20	50	0	0,02	0	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22	ТТК
Итого		4,47	6,02	39,1	230	7,66	0,06	9,3	2,36	58,7	74,1	33	2,14	

1. Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий в соответствии со «Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений» 2006 года г. Пермь, Сборники рецептов для ПОП 1994, 1996, 1997 года, Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 г.
2. При составлении примерного двухнедельного меню были использованы материалы нормативов СанПиН 2.4.4.1204-03; СанПиН 2.4.4.969-00; СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
3. Меню должно утверждаться руководителем организации. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.3.)
4. Питание детей должно осуществляться в соответствии с утвержденным меню. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам). (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.4.)
5. Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.5.)
6. Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в эндемичных по недостатку отдельных микроэлементов регионах в меню должна использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки должны готовиться в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий. (СанПиН 2.3/2.4.3590-20. П.8.1.6.)
7. Гарниры из круп и макаронных изделий можно заменить на овощные или картофель.
8. На третьи блюда включать соки.

Специалист по производству и ценообразованию \_\_\_\_\_

Л.В.Сотникова

