

СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог
подпись _____
ОФДО
дата _____



ПТВЕРЖДАЮ
директор СММПИ "Комбинат школьного питания"
Общественное учреждение
«Комбинат
школьного
питания»
подпись _____
А. А. Горобченко
дата _____



**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ _____
подпись _____
ФИО _____
дата _____

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА

Наименование блюда		№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
I Неделя								Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг
1 День																
Завтрак с 12 лет I смена																
Терфели на пару (б/томата, рис, мука)		ТТК	100	8,49	12,89	8,25	181,95	20,33	14,90	97,22	1,25	24,96	50,77	0,36	0,03	0,81
Макаронные изделия отварные		ТТК	205	7,70	5,36	51,16	283,02	22,24	11,59	63,93	1,19	24,60	27,68	1,11	0,12	0,00
Чай (б/сахара)		ТТК	200	1,70	0,41	0,34	11,79	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Яблоко печеное		ТТК	165	0,66	0,62	41,54	165,47	25,33	13,71	16,76	3,42	0,00	8,76	0,35	0,04	7,01
Сухари из пшеничного хлеба		ТТК	15	1,44	0,21	10,08	48,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием			685	19,99	19,49	111,37	691,18	67,90	40,20	177,91	5,88	49,56	87,21	1,82	0,19	7,82
2 День																
Завтрак с 12 лет I смена																
Салат из свежих огурцов		ТТК	130	14,54	12,76	13,54	228,50	8,54	12,94	103,61	1,68	0,00	0,00	3,07	0,03	0,00
Каша гречневая с филе индейки		ТТК	240	24,14	18,69	49,95	450,04	36,83	149,18	340,44	5,46	4,32	488,64	7,95	0,27	1,77
Напиток Каркаде (б/сахара)		ТТК	200	0,04	0,00	0,22	0,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сухари из ржано-пшеничного хлеба		ТТК	15	1,40	0,21	9,26	45,42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием			585	40,12	31,66	72,97	724,90	45,37	162,12	444,05	7,14	4,32	488,64	11,02	0,30	1,77
3 День																
Завтрак с 12 лет I смена																
Минтай с сырой пастой		ТТК	100	14,23	15,20	2,13	201,00	60,64	5,99	43,38	0,18	11,40	31,96	1,58	0,01	0,02
Картофельное пюре (б/молока, масло подс.)		ТТК	200	3,42	1,43	37,51	175,00	34,45	17,21	118,48	0,66	15,12	28,35	0,64	0,08	0,00
Чай зеленый (б/сахара)		ТТК	200	0,00	0,00	9,08	34,51	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Яблоко		ТТК	195	0,78	0,78	35,49	95,55	16,96	33,68	85,13	1,33	0,00	4,86	2,14	0,14	6,48
Сухари из пшеничного хлеба		ТТК	15	1,03	0,15	7,21	34,80	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием			710	19,46	17,56	91,42	540,86	112,57	56,88	246,99	2,23	26,52	65,17	4,36	0,23	6,50
4 День																
Завтрак с 12 лет I смена																
Сыр порционно		ТТК	20	4,89	4,59	0,00	61,91	19,22	27,43	145,81	1,98	14,40	612,80	0,52	0,05	0,76
Огурец свежий		ТТК	85	0,67	0,08	2,08	13,26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Туши из филе индейки (б/томата, мука рис.)		ТТК	100	14,83	5,40	3,99	123,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Каша кукурузная		ТТК	250	0,90	6,55	0,20	68,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай (б/сахара)		ТТК	200	0,19	0,04	9,12	36,00	53,37	30,66	93,53	2,55	9,07	34,51	0,47	0,15	57,46
Сухари из ржано-пшеничного хлеба		ТТК	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием			680	23,20	16,91	27,40	360,50	72,85	58,09	239,34	4,56	23,47	647,31	0,99	0,20	58,22
5 День																
Завтрак с 12 лет I смена																
Биточек паровой		ТТК	100	14,54	12,76	13,54	228,50	8,54	12,94	103,61	1,68	0,00	0,00	3,07	0,03	0,00
Каша цветная припущенная		ТТК	180	6,77	4,71	44,92	248,50	19,53	10,17	56,14	1,04	21,60	24,30	0,97	0,10	0,00
Напиток Каркаде (б/сахара)		ТТК	200	0,04	0,00	9,31	35,44	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сухари из пшеничного хлеба		ТТК	20	2,75	0,40	19,23	92,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием			500	24,10	17,87	87,00	605,25	28,33	23,11	159,75	2,75	21,60	24,30	4,04	0,13	0,00

5 День															
Завтрак с 12 лет I смена															
Тестеши на пару (б/томата, рис, мука)	ТТК	100	8,86	12,89	10,91	193,33	35,14	18,86	154,00	2,00	20,40	22,84	0,57	0,05	0,29
Каша кукурузная	ТТК	180	0,65	4,72	0,14	49,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай (б/сахара)	ТТК	200	0,68	0,28	14,30	54,60	12,00	3,40	3,40	0,60	0,00	163,40	0,76	0,01	200,00
Груша	ТТК	147	0,43	0,43	12,43	52,18	17,15	9,65	11,80	2,36	0,00	5,37	0,22	0,04	10,72
Сушари из пшеничного хлеба	ТТК	15	1,03	0,15	7,21	34,80	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		642	11,65	18,46	45,00	384,11	64,55	31,91	169,20	4,99	20,40	191,61	1,55	0,10	211,01
6 День															
Завтрак с 12 лет I смена															
Салат из свежей капусты с огурцом	ТТК	150	3,40	6,72	43,24	121,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сыр порционный	ТТК	35	8,55	8,04	0,00	108,35	308,00	13,71	194,88	0,31	48,30	90,30	0,18	0,01	0,11
Печень тушенная с овощами (б/томата)	ТТК	100	22,60	21,42	4,75	301,80	35,14	18,86	154,00	2,00	20,40	22,84	0,57	0,05	0,29
Каша гречневая рассыпчатая	ТТК	200	10,23	7,02	55,10	310,45	19,56	161,72	242,98	5,44	24,00	28,62	0,71	0,35	0,00
Чай зеленый (б/сахара)	ТТК	200	0,00	0,00	9,08	34,51	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сушари из ржано-пшеничного хлеба	ТТК	15	1,03	0,15	7,21	34,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		700	45,81	43,35	119,38	911,41	362,96	194,29	591,86	7,78	92,70	141,76	1,46	0,41	0,40
Среднедневное значение за 2 недели		621	24,85	22,39	78,37	571,60	208,76	102,94	345,58	5,59	60,91	486,80	2,39	0,27	88,71
Среднедневное значение за 2 недели		623	23,68	20,63	79,01	566,34	136,95	86,09	290,88	4,98	42,17	517,39	3,33	0,24	52,49

Стоимость питания 146 руб в день
Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

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 $\pm 5\%$ при условии, что средний % пищевой ценности за неделю

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блочод и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блочод кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правильтам).

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебoproдлинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебoproдлинформ" Москва 1996 г.

И.М. Скурин, В.А. Тютельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

В случае если возникла необходимость возможна замена дня, один на другой.

Технология приготовления блюд шашлык (припускание, тушение, запекание)

Технолог

CaB 247K

A.B.Савчук