

СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог
подпись
ФИО
Дата

УТВЕРЖДАЮ
директор СВНУ/П «Комбинат школьного питания»
«Комбинат школьного питания»
подпись
И.А. Горобченко
Дата

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ
подпись
ФИО
Дата

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, БОЛЕЗНЬ КРОНА

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг	
1 Неделя																
1 День																
Завтрак льготная категория																
Омлет свежий	ТТК	65	0,43	0,05	1,35	8,58	166,87	13,93	136,00	0,91	50,43	94,43	0,94	0,07	0,05	
Терфени 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	
Макрронные изделия отварные	ТТК	200	7,52	5,23	49,91	276,11	21,70	11,30	62,38	1,16	24,00	27,00	1,08	0,11	0,00	
Чай (б/сахара)	ТТК	200	0,19	0,04	9,22	36,01	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Яблоко печёное	ТТК	150	0,44	0,44	12,69	53,24	17,50	9,85	12,04	2,41	0,00	5,48	0,23	0,04	10,94	
Сушари 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		730	18,88	18,86	94,15	616,23	241,47	53,94	364,42	6,51	94,83	149,75	2,81	0,27	11,28	
2 День																
Завтрак льготная категория																
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	ТТК	60	0,45	5,93	11,69	61,80	10,52	19,12	54,78	0,65	9,07	17,80	0,11	0,08	0,00	
Каша гречневая с филе индейки	ТТК	230	28,22	14,44	35,94	376,18	24,90	23,13	146,89	1,14	6,84	474,94	1,68	0,04	0,87	
Груша печеная	ТТК	100	0,40	0,37	40,83	100,30	17,50	9,85	12,04	2,41	0,00	5,48	0,23	0,04	10,94	
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	
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		605	30,14	20,89	95,89	574,01	52,92	52,10	213,71	4,20	15,91	498,21	2,02	0,16	11,81	
3 День																
Завтрак льготная категория																
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 подсол.)	ТТК	210	3,59	5,71	29,87	183,65	19,79	39,29	99,32	1,55	0,00	5,67	2,50	0,16	7,56	
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	250	1,00	1,00	40,88	122,50	23,75	15,00	20,00	2,88	0,00	2,50	0,50	0,03	6,25	
Сушари из пшеничного хлеба	ТТК	15	2,06	0,30	14,42	69,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		775	20,88	22,21	96,38	611,26	104,44	60,28	162,70	4,64	11,40	40,13	4,58	0,20	13,83	
4 День																
Завтрак льготная категория																
Сыр порционный	ТТК	20	4,89	4,59	0,00	61,91	176,00	7,83	111,36	0,17	27,60	51,60	0,10	0,00	0,06	
Гуляш из филе индейки (б/томата, мука рис.)	ТТК	100	14,83	5,40	3,99	123,00	19,22	27,43	145,81	1,98	14,40	612,80	0,52	0,05	0,76	
Яблоко печёное	ТТК	155	0,45	0,45	13,11	55,02	18,08	10,18	12,44	2,49	0,00	5,66	0,23	0,04	11,30	
Каша кукурузная	ТТК	250	6,76	5,67	16,43	131,83	74,13	42,58	129,90	3,54	12,60	47,93	0,65	0,21	79,81	
Чай (б/сахара)	ТТК	200	0,19	0,04	9,22	36,01	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Сушари из ржано-пшеничного хлеба	ТТК	25	1,72	0,25	12,02	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		750	28,84	16,40	54,77	465,77	287,69	88,02	399,51	8,21	54,60	717,99	1,51	0,30	91,93	
5 День																
Завтрак льготная категория																
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	
Груша	ТТК	50	0,15	0,15	4,23	17,75	5,83	3,28	4,01	0,80	0,00	1,83	0,08	0,01	3,65	
Сушари из пшеничного хлеба	ТТК	25	3,43	0,50	24,03	116,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		555	24,93	18,12	96,03	646,20	34,16	26,39	163,76	3,55	21,60	26,13	4,12	0,14	3,65	

