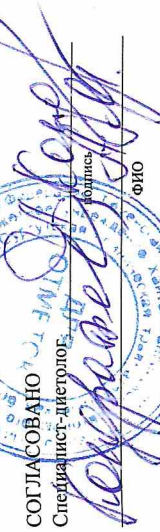
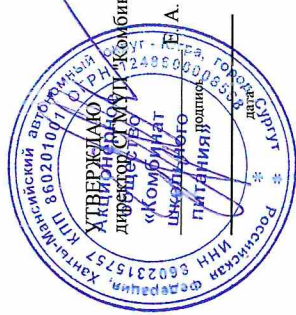


СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог

подпись
ФИО
дата


Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, г. Сургут
Ф. А. Горобченко
«Комбинат школьного питания»
подпись
дата

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

подпись

ФИО

дата

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

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
1 Неделя																	
1 День																	
Завтрак 7-11 лет 1 смена																	
Тфтели на пару (б/томата, рис, мука)	ТТК	100	8,49	12,89	8,25	181,95	20,33	14,9	97,22	1,25	24,96	50,77	0,36	0,03	0,81		
Картофель отварной	ТТК	200	3,81	5,17	32,30	189,31	32,03	40,79	105,40	1,68	16,80	37,50	0,27	0,17	16,00		
Зелень	ТТК	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,25	0	0	0,5		
Помидор свежий дольками	ТТК	51	0,15	0,03	0,71	3,56	1,92	2,74	3,57	0,12	0	18,62	0,1	0,01	3,43		
Чай с сахаром	ТТК	200	0,19	0,04	9,22	36,01	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0		
Фруктовые пастилки	ТТК	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Хлебцы хрустящие гречневые	ТТК	10	1,13	0,26	6,00	27,40	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00		
Итого за прием		577	13,95	18,41	69,02	489,66	56,60	59,10	207,01	3,60	41,76	115,14	0,73	0,25	20,74		
2 День																	
Завтрак 7-11 лет 1 смена																	
Каша гречневая с филе индейки	ТТК	230	23,13	17,91	47,87	431,29	35,3	142,96	326,25	5,23	4,14	468,28	7,62	0,26	1,7		
Напиток каркаде	ТТК	200	0,04	0,00	9,31	35,44	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0		
Груша печеная	ТТК	128	0,64	0,48	20,96	81,10	30,4	19,2	25,6	3,68	0	3,2	0,64	0,03	8		
Хлебцы хрустящие рисовые	ТТК	10	3,57	3,44	21,54	100,00	0	0	0	0,05	0	0	0	0	0		
Итого за прием		568	27,38	21,83	99,68	647,83	65,96	162,16	351,85	8,99	4,14	471,48	8,26	0,29	9,70		
3 День																	
Завтрак 7-11 лет 1 смена																	
Минтай с сырной пастой	ТТК	100	14,23	15,20	2,13	201,00	168,40	12,09	111,77	0,23	18,15	58,09	1,41	0,01	0,36		
Салат из свежей капусты с морковью	ТТК	56	0,85	2,79	6,15	50,56	22,90	9,05	16,62	0,31	0,00	113,33	1,30	0,02	19,78		
Пюре картофельное	ТТК	200	6,20	8,94	44,53	276,60	47,23	34,39	102,01	1,26	18,53	39,22	0,22	0,14	12,46		
Чай с лимоном	ТТК	200	0,23	0,39	9,09	37,80	2,02	0,52	0,96	0,05	0,00	0,10	0,01	0,00	0,80		
Пюре фрукта	ТТК	90	0,00	0,00	8,55	34,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Хлебцы хрустящие гречневые	ТТК	10	1,13	0,26	6,00	27,40	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00		
Итого за прием		656	22,64	27,58	76,45	627,56	240,55	56,05	231,36	2,35	36,68	210,74	2,94	0,21	33,40		
4 День																	
Завтрак 7-11 лет 1 смена																	
Сыр порционнно	ТТК	20	4,89	4,59	0,00	61,91	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Овощная нарезка	ТТК	90	0,89	0,08	19,32	22,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Гуляш из филе индейки (б/томата, мука рис.)	ТТК	100	14,83	5,40	3,99	123,00	6,61	1,41	6,94	0,04	9,90	21,54	0,06	0,00	0,01		
Горошница	ТТК	200	22,60	6,70	93,96	364,00	76,58	66,61	172,86	5,33	12,96	26,03	0,49	0,56	0,00		
Чай с сахаром	ТТК	200	0,19	0,04	9,12	36,01	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Фруктовые пастилки	ТТК	15	0,11	0,03	11,88	45,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Хлебцы хрустящие рисовые	ТТК	10	3,57	3,44	21,54	100,00	0	0	0	0,05	0	0	0	0	0		
Итого за прием		635	47,08	20,28	159,81	752,96	83,45	68,02	179,80	5,45	22,86	47,57	0,55	0,56	0,01		

