

01.09.2023 г.	Меню приготавливаемых блюд ЗАВТРАКИ и ВТОРОЕ ПИТАНИЕ для детей-инвалидов и инвалидов						
1 и 2 смена старше	СЕЗОН ОСЕНЬ-ЗИМА	Возрастная категория детей от 12 лет и старше					
		Пищевые вещества, г					
	Наименование блюда	Выход,г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность ккал	№ рецептуры
Неделя 1	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
День 1	Мясо тушеное	70/70	21,2	24,9	3,5	315	256/2015
	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	ИТОГО:		37,7	55,5	101,2	932	
День 2							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	234/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Кисель плодоягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	ИТОГО:		25,6	16,4	93	644	
День 3							
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком	270/40	45	34	86,8	568	223/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
	ИТОГО:		64,7	64	160,5	1103,5	
День 4							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Котлета из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
	Макаронные изделия с маслом сливочным	180	6,5	7	36,5	235	203/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Хлеб ржаной иодированный	40	2,6	0,4	16,8	60	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	ИТОГО:		34,1	23,4	113,36	753	
День 5							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Фрикадельки из кур со сливочным маслом	120/5	16,1	22,5	9	304	297/2015
	Рагу овощное	180	4,2	9,1	19,2	175	541/2004
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	13,7	70,5	338/2015
	ИТОГО:		36,1	35,8	111,4	914,5	

неделя 2							
День 6	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Омлет с сыром	195/5	24,3	26,3	3,5	468	211/2015
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
	ИТОГО:		50,3	56,7	97,5	1148,5	
День 7							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Гуляш	70/70	20,3	23,3	3,9	309	260/2015
	Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	ИТОГО:		28,4	28,9	67,7	642,5	
День 8							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Котлеты из кур с соусом томатным	100/40	17	25,5	16,4	365	294/2015
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	140	0,5	0,5	13,7	66	338/2015
	ИТОГО:		35	40,4	99,3	901,5	
День 9							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Рыба тушеная с томатом и овощами	120/50	24,6	12,4	6,4	178	229/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	ИТОГО:		41	39,1	104,16	765	
День 10							
	Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/02015
	Биточки из мяса говядины 1 кат	100	10,4	11,2	9,2	143	268/2015
	Капуста тушеная	180	4,6	8,2	19,3	138	321/2015
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		21,7	20,6	95,6	679,0	
	Среднее за 10 дней		37,5	38,1	104,4	848,4	

Технолог МП г.Армавира "КШПит"

В.Г.Свинцова



01.09.2023 г.		Меню приготавливаемых блюд ОБЕД для детей-инвалидов и инвалидов					
1см- младшие		Возрастная категория детей от 7 до 11 лет и от 12 и старше					
1 и2 см-старшие		Пищевые вещества, г					
Наименование блюда		Выход,г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
1	2	3	4	5	6	7	8
Неделя 1	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
День 1	Суп с рисовой крупой	250	0,5	4,7	1,5	64	115/2015
	Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	ИТОГО:		24,8	27,9	94,96	620,5	
День 2	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	Гуляш	70/70	20,3	23,3	3,9	309	260/2015
	Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		33,4	39,6	120,8	925,5	
День 3							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015
	Котлеты рубленые из птицы	100	17,4	16,6	16,2	286	294/2015
	Рагу овощное	180	4,2	9,1	19,2	175	541/2004
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	48	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	ИТОГО:		40,1	35,5	101,2	884	
День 4							
	Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/02015
	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,2	16,5	148	102/2015
	Жаркое по-домашнему	75/125	24,3	28,3	24,7	442	259/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	40	2,4	0,6	21,8	102	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		47,6	43,8	138,3	1211	
День 5							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	Рыба тушеная с томатом и овощами	120/50	24,6	12,4	6,4	178	229/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	ИТОГО:		45,5	44,9	143,06	945	

Неделя 2							
День 6							
Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015	
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015	
Мясо тушеное	70/70	21,2	24,9	3,5	315	256/2015	
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160	303/2015	
Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР	
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР	
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР	
ИТОГО:		34,6	33,4	102,4	838		
День 7							
Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015	
Суп с клецками	250	5,5	4,7	10	115	118/2015	
Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	234/2015	
Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015	
Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015	
Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015	
Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015	
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР	
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР	
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015	
ИТОГО:		41,8	28,3	118,8	935		
День 8							
Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015	
Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015	
Макаронные изделия с маслом сливочным	180	6,5	7	36,5	235	203/2015	
Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015	
Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР	
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	65	ПР	
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР	
ИТОГО:		33,4	46,1	152,06	957		
День 9							
Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР	
Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015	
Фрикадельки из кур со сливочным маслом	120/5	16,1	22,5	9	304	297/2015	
Капуста тушеная	180	4,6	8,2	19,3	138	321/2015	
Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015	
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	65	ПР	
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0	12,6	61	ПР	
Фрукты свежие (яблоки)	130	0,5	0,5	12,7	61	338/2015	
ИТОГО:		30,4	42	132	946		
День 10							
Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015	
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015	
Рагу из птицы	75/125	14,2	12,1	17,3	237	289/2015	
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015	
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР	
Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015	
ИТОГО:		39,7	26,8	74,1	722		
Среднее за 10 дней		37,1	36,8	117,8	898,4		

Технолог МП г.Армавира "КШПит"

В.Г.Свинцова

