

СОГЛАСОВАНО:

РАЗРАБОТАНО:

Директор МОУ СШ № 14

Директор ООО "МАРГО"

(подпись)

(расшифровка подписи)

2023 г.



"09" октября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

(подпись законного представителя ребенка / расшифровка подписи)

Претензий к разработанному меню не имею

" 16 " октября 2023 г.

**Индивидуальное двухнедельное меню, разработанное с учетом медицинских показаний
для организации питания Ивановой Дарьи,
обучающейся в муниципальном общеобразовательном учреждении
(горячий завтрак)**

С учетом медицинских показаний, из меню исключено: молоко, молочные продукты (сыр, творог, сметана).

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8.) изготовление продукции производится в соответствии с технико-технологическими картами (ТТК), разработанными уполномоченным лицом и утвержденными директором организации, оказывающей услуги питания, а также в соответствии с технологическими картами, составленными на основе действующих Сборников рецептур:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания ("Хлебпродинформ", Москва 2002г.) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2012 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

ДЕНЬ 1

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 45	Птица отварная	100	8,2	8,9	0,4	144
512-III/04	Рис припущенный	150	3,6	6	37,5	220
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
	ИТОГО:		15,5	15,9	77,5	545

ДЕНЬ 2

ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	100	13,1	14	18,1	262
516-III/04	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	264
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	40	2,4	0,7	17,6	88
	ИТОГО:		22	22,1	93	672

ДЕНЬ 3

рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 155	Плов из филе птицы	200	12,6	12,2	30,2	284
422/02	Икра свекольная	100	2,3	7,4	13,1	129
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	18,2	20,5	80,3	581

ДЕНЬ 4

ТТК № 156	Тефтели мясные запеченные (говядина)	100	7,8	9,1	5,5	136
ТТК № 157	Соус томатный с овощами	30	0,4	2,2	2,2	36
514-III/04	Бобовые отварные (горох)	180	9,1	8,2	40,1	250
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	40	2,4	0,7	17,6	88
		ИТОГО:	19,9	20,2	80,4	568

ДЕНЬ 5

ТТК № 50	Гуляш из птицы (из филе)	140	8,5	10,1	3,6	118
508-III/04	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,2	7,2	40	291
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	40	2,4	0,7	17,6	88
		ИТОГО:	20,3	18	76,2	555

ДЕНЬ 6

ТТК № 129	Филе птицы припущенное	100	13,1	12,2	0,4	144
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	150	4,2	6,7	24	175
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	20,6	19,8	61,4	487

ДЕНЬ 7

ТТК № 132	Котлета домашняя (филе птицы + говядина)	100	9	9,5	4,4	124
516-III/04	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	264
ТТК № 157	Соус томатный с овощами	30	0,4	2,2	2,2	36
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	19	20	85,9	592

ДЕНЬ 8

ТТК № 153	Котлета рыбная с яйцом (филе минтая)	100	9,6	4,8	10	126
ТТК № 52	Каша "Петровская" рисовая	180	4,7	13	25,8	225
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	70	4,3	1,3	30,8	154
		ИТОГО:	18,8	19,1	81,6	563

ДЕНЬ 9

ТТК № 50	Гуляш из птицы (из филе)	140	8,5	10,1	3,6	118
508-III/04	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,2	7,2	40	291
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	57	3,5	1	25	125
		ИТОГО:	21,4	18,3	83,6	592

ДЕНЬ 10

ТТК № 120	Зразы ленивые из филе птицы	110	13,4	13,4	16,5	269
336/12	Капуста тушеная (из свежей белокочанной капусты)	200	4,2	6,4	18,8	150
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
		ИТОГО:	20,9	20,7	72,7	589