

СОГЛАСОВАНО:

РАЗРАБОТАНО:

Директор МОУ СП № 14

Директор ООО "МАРГО"



(подпись)

(расшифровка подписи)

2023 г.



/ М.В.Лашенова/

"07" сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

(подпись законного представителя ребенка / расшифровка подписи)

Претензий к разработанному меню не имею

" 23 " октября 2023 г.

**Индивидуальное меню для организации питания учащегося (Шумиличев Захар),
обучающегося в муниципальном общеобразовательном учреждении
с учетом медицинских показаний
(горячий завтрак)**

С учетом медицинских показаний, из меню исключено: молоко, творог, кефир, рыба, птица, яйца.

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 № 44	Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным (на воде)	200/10	5,2	8,4	28	193
	Фрукты свежие	200	0,8	0,8	15,6	88
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
	ИТОГО:		9,7	10,2	83,2	462

ДЕНЬ 2

ТТК № 142	Фрикадельки мясные натуральные запеченные	100	21,6	12,4	1,2	208
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	35	2,1	0,6	15,4	77
	ИТОГО:		30,2	20,4	73,9	607

ДЕНЬ 3

ТТК № 35	Форшмак из говядины	100	15,3	5,9	3,9	132
512-III/04	Рис припущенный	150	3,6	6	37,5	220
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:		24,5	20,2	91,5	649

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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 28	Котлета мясная запеченная	100	15,4	11,6	16	262
510-III/04	Каша вязкая гречневая	180	5,4	8,1	26,8	205
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	40	2,4	0,7	17,6	88
	ИТОГО:		23,4	20,4	75,4	613

ДЕНЬ 6

ТТК № 37	Каша жидкая молочная «Дружба» с маслом сливочным (на воде)	200/10	5,8	9,2	28,8	183
	Фрукты свежие	200	0,8	0,8	15,6	88
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
	ИТОГО:		9,9	10,9	81,4	439

ДЕНЬ 7

ТТК № 35	Форшмак из говядины	100	15,3	5,9	3,9	132
516-III/04	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	264
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
	ИТОГО:		24,9	14,2	83,2	564

ДЕНЬ 8

ТТК № 142	Фрикадельки мясные натуральные запеченные	100	21,6	12,4	1,2	208
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:		30,8	26,7	72,8	645

ДЕНЬ 9

97/04	Сыр (порциями)	11	0,2	3	0	37
ТТК № 28	Котлета мясная запеченная	100	15,4	11,6	16	262
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:		28,5	22,8	96	773

ДЕНЬ 10

ТТК № 156	Тефтели мясные запеченные (говядина)	100	7,8	9,1	5,5	136
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:		15,3	16,4	61,7	456