

СОГЛАСОВАНО:

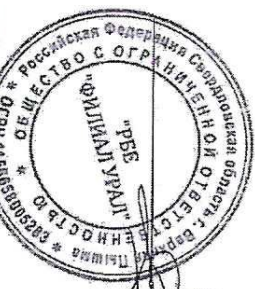
Утверждаю:

Директор образовательного учреждения

Региональный Управляющий ООО «РБЕ филиал УРАЛ»



*Трофим С.В.*



*А.С. Овчинников*

А.С. Овчинников

**Примерное двухнедельное меню горячего питания (завтрак, обед)  
для обучающихся возрастной категории 12 лет и старше с ОВЗ  
общеобразовательных учреждений г. Первоуральска**

**Разработано в соответствии с требованиями**

**СанПин 2.3/2.4.3590-20**

Наименование	Выход, г	Технологические и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>2 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Фрикадельки из филе цыпленка	70	2016	619	10,36	10,94	14,37	176
Макаронные отварные с сыром	180	2017	204	7,39	7,74	25,77	202
Чай с сахаром	200	2016	424	0,22	0,08	14,16	58
Фрукт (яблоко)	150	2016	403	0,40	0,40	9,80	44
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>625</b>			<b>20,30</b>	<b>19,91</b>	<b>76,63</b>	<b>545</b>
<b>Обед</b>							
Салат из моркови с яблоками	100	2008	59	1,17	5,36	6,56	98
Суп из овощей с птицей и сметаной	250	2017	99	3,56	7,30	10,34	134
Тушкан	100	2016	281	14,31	10,54	11,97	236
Каша гречневая рассыпчатая	180	2008	326	6,86	5,28	45,20	243
Сок	200	2016	484	0,20	0	19,00	80
Хлеб крестьянский	25	АКП	1	1,16	0,45	7,52	39
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминным комплексом	40	АКП	2	2,64	0,48	15,80	78
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>29,90</b>	<b>29,41</b>	<b>116,39</b>	<b>908</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /оборотник рецептур/	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	55	2016	5	8,08	8,42	16,87	157
Каша из пшена и риса молочная вязкая "Дружба" с маслом слив.	200	2008	190	7,76	10,77	35,05	283
Чай с сахаром	200	2016	423	0,18	0,04	10,14	42
Фрукт (яблоко)	150	2016	403	0,80	0,20	7,50	35
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>			<b>18,75</b>	<b>20,18</b>	<b>82,09</b>	<b>582</b>
<b>Обед</b>							
Овощи свежие порционно (Томаты)							
	100	2008/2017	41/71	1,12	5,19	10,91	95
Рассольник "Ленинградский" с мясом, сметаной	250	2017	96	4,42	6,62	18,92	141
Супле из рыбы	100	АКП	45	13,90	10,08	2,60	183
Картофель отварной, масло сливочное	180	2008	333	3,63	6,57	32,23	223
Компот из изюма	200	2008	401	0,16	0,10	28,14	101
Хлеб крестьянский	25	АКП	1	1,16	0,45	7,52	39
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминным комплексом	40	АКП	2	2,64	0,48	15,80	78
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>27,03</b>	<b>29,49</b>	<b>116,12</b>	<b>860</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак							
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	210	2008	189	9,37	11,37	32,08	275
Какао на молоке	200	2016	424	3,86	3,84	14,70	108
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>			<b>18,26</b>	<b>18,46</b>	<b>77,31</b>	<b>555</b>
Обед							
Овощи порционно (Томаты свежие), масло растит.	100	2008	41	1,13	5,19	6,32	98
Ши из свежей капусты с картофелем и пшпцей, сметаной	250	2017	88	3,34	6,28	15,92	127
Мясо тушеное	100	2017	615	14,05	10,76	5,92	152
Рис припущенный	180	2008	181	4,64	5,69	39,50	248
Компот из свежих фруктов	200	2008	484	0,20	0,00	24,04	96
Хлеб крестьянский	25	АКП	1	1,16	0,45	7,52	39
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминным комплексом	40	АКП	2	2,64	0,48	15,80	78
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>27,16</b>	<b>28,85</b>	<b>115,02</b>	<b>838</b>

Наименование	Выход, г	ГОСТ/ТУ/ФСФР и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>							
Пудинг из творога, запеченный с изюмом, с молоком сгущенным	200	2016	240	15,25	16,41	32,72	346
Батон нарезной из муки высшего сорта	40	АКП	1	3,86	1,50	25,06	130
Чай с лимоном и сахаром	200	2016	423	0,18	0,04	10,14	42
Фрукт (яблоко)	150	2016	403	0,20	0,40	8,80	44
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>			<b>19,49</b>	<b>18,35</b>	<b>76,72</b>	<b>562</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свежесытых яблоками	100	2017	54	1,46	6,02	8,62	93
Суп из овощей с пшеницей и сметаной	250	2017	99	4,45	7,17	13,76	122
Гуляш	100	2017	260	14,12	11,21	4,74	167
Макаронные изделия отварные	180	2008	331	3,17	5,30	34,97	265
Компот из фруктов свежих	200	2008	402	0,44	0	29,56	120
Хлеб крестьянский	25	АКП	1	1,16	0,45	7,52	39
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминным комплексом	40	АКП	2	2,64	0,48	15,80	78
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>27,44</b>	<b>30,63</b>	<b>114,97</b>	<b>884</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /борник рецептов/	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кк	
								4 день 2 недели
Завтрак								
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	2017	183	6,98	6,25	34,25	270	
Сыр	25	2008	14	6,56	6,65	0	86	
Какао на молоке	200	2016	421	3,86	3,84	14,70	108	
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107	
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>			<b>22,43</b>	<b>19,99</b>	<b>79,48</b>	<b>636</b>	
Обед								
Овощи свежие порционно (отруцы)								
Рассольник "Ленинградский" с мясом, сметаной	100	2008	51	0,81	0,09	2,73	15	
Фрикассе из мяса птицы	250	2017	96	4,61	6,02	16,45	157	
Рагу овощное	100	2017	331	14,80	10,43	18,85	188	
Компот из свежих яблок	180	2016	287	3,03	13,20	34,81	261	
Хлеб крестьянский	200	2008	394	0,16	0,06	19,00	80	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминным комплексом	25	АКП	1	1,16	0,45	7,52	39	
Итого за прием пищи:	40	АКП	2	2,64	0,48	15,80	78	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>27,21</b>	<b>30,73</b>	<b>115,16</b>	<b>818</b>	

## 6 день 2 недели

## Завтрак

Каша овсяная Молочная с маслом сливочным	200	2008	189	6,28	9,10	28,32	234
Буферброд с сыром	55	2008	4	8,08	8,42	16,87	157
Чай с молоком, сахаром	200	2016	421	1,14	0,84	12,02	56
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>605</b>			<b>20,53</b>	<b>21,61</b>	<b>87,74</b>	<b>619</b>

## Обед

Овощи свежие порционно (томаты), масло растительное	100	2017	70	1,22	8,51	7,34	113
Суп картофельный с горохом, грибами, сметаной	250	2017	102	6,72	4,62	15,69	123
Рыба тушеная с овощами	100	2016	254	10,62	7,42	5,32	135
Картофель запеченый	180	2016	133	5,21	7,62	42,23	256
Сок фруктовый	200	2016	484	0,20	0	22,00	86
Хлеб крестьянский	25	АКП	1	1,16	0,45	7,52	39
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминным комплексом	40	АКП	2	2,64	0,48	15,80	78
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>			<b>27,77</b>	<b>29,10</b>	<b>115,90</b>	<b>830</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582784

Владелец Пророк Светлана Владимировна

Действителен с 28.03.2024 по 28.03.2025