

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МОУ СОШ № 30
 (наименование образовательного учреждения)
 М.В. Лащенко
 (подпись) (расшифровка подписи)
 "09" января 2025 г.

Директор ООО "МАРГО"

М.В. Лащенко
 (подпись)
 "09" января 2025 г.

*Основное двухнедельное меню рационов горячего питания
 для детей различного возраста с ограниченной возможностью
 здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном
 общеобразовательном учреждении
 (обед)
 (стоимость каждого варианта 71-00 руб)*

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 рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания ("Хлебпродинформ", Москва 2002г.) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2011 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	
82/11; ТТК № 99	Суп картофельный с вермишелью с филе птицы отварным	200/8	3,2	3,1	13,9	95
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	90/45	12,4	13,1	24,5	267
510-III/04	Каша вязкая гречневая	150	4,5	6,7	22,4	171
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	53	3,2	0,9	23,3	117
		ИТОГО:	23,5	23,8	99,1	708

ДЕНЬ 2

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	100	14,1	14	18,1	262
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	46	2,9	0,8	20,2	101
		ИТОГО:	24,6	23,2	95,8	702

ДЕНЬ 3

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/12	2	5,8	8,3	95
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	90	12,7	12,6	16,3	235
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	150	4,2	6,7	24	175
ТТК № 162	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	22,2	26	85,6	673

ДЕНЬ 4

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом со сметаной	200/6	4,6	4	5,2	96
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	90	13,5	12,7	7	215
518-III/04	Картофель отварной	150	3	6,1	24,3	166
639-III/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
ТТК № 21	Хлеб домашний	62	3,8	1,1	27,2	136
		ИТОГО:	25,5	23,9	95,1	737

ДЕНЬ 5

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/11	1,9	6,2	10,7	109
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	90	12,6	11	13,5	222
516-III/04	Макаронные изделия отварные	130	4,5	5,3	30,5	191
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		ИТОГО:	22,2	23,4	91,2	688

ДЕНЬ 6

ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом со сметаной	200/13	4,8	5,4	5,4	111
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	80	11,2	11,2	14,5	209
514-III/04	Бобовые отварные (горох)	150	7,6	7,8	27,7	208
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		ИТОГО:	26,8	25,3	84,1	694

ДЕНЬ 7

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/11	1,9	6,2	10,7	109
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	90/45	12,4	13,1	24,5	267
510-III/04	Каша вязкая гречневая	100	3	4,5	14,9	114
639-III/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	21	24,7	103,5	724

ДЕНЬ 8

81/11; ТТК № 99	Суп картофельный с горохом с филе птицы отварным	200/4	5,6	4,7	17,8	139
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	100	14	12,2	15	247
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	140	3,9	6,3	22,4	163
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	26,8	24,1	92,2	717

ДЕНЬ 9

67/11; ТТК № 99	Щи из свежей капусты с картофелем с филе птицы отварным	200/10	3,1	4,2	8	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	100	15	14,2	7,8	239
516-III/04	Макаронные изделия отварные	150	5,2	6,1	36	220
639-III/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
ТТК № 21	Хлеб домашний	57	3,5	1	25	125
		ИТОГО:	27,4	25,5	108,2	792

ДЕНЬ 10

80/11	Суп картофельный с пшеном	200	2	4,2	11,4	92
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	100	13,1	14	18,1	262
512-III/04	Рис припущенный	110	2,6	4,4	27,1	161
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	57	3,5	1	25	125
		ИТОГО:	21,4	23,6	96,6	698