

МКУ «Комбинат школьного питания»

МЕНЮ
(при пищевой
аллергии)

Пищевая школа №10

г.Ачинск

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ «Комбинат школьного питания»

Романенко

Н.И. Романенко

« 30 » декабря 2021 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ С ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ (ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ)
КАРТАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ НА МОЛОЧНЫЙ БЕЛОК,
ОРГАНИЗАТОР ПИТАНИЯ МКУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. АЧИНСК, УЛ. КРАСНОГО ОКТЯБРЯ, СТРОЕНИЕ 34)**

Разработано
Некоммерческой организацией
"Фонд санитарно-эпидемиологического
благополучия Красноярского края"
" " " 20__ г. Регистр № 05/01/М от 4 мая 2021 г.
Полное или частичное копирование для исполь-
зования третьими лицами без разрешения
разработчика запрещено

г. Ачинск

2021 г.

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТК)*	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/д (ккал)	№ ТК (ТК)*	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)					Эн/д (ккал)				
		Б	Ж	У	Б	Ж				У	Б	Ж	У	Б		Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
День 1																			
Завтрак																			
1	Макаронные изделия отварные	150	5,71	0,68	33,62	159,00	1	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	39,97	190,00						
2	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	530	13,79	5,91	70,74	392,60		Итого	630	16,36	6,35	90,49	487,90						
Обед																			
4	Игра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4	Игра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00						
5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85	121,00	5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85	121,00						
6	Котлеты или биточки рыбные	90	12,57	2,39	7,72	100,00	6	Котлеты или биточки рыбные	120	16,76	3,19	10,29	133,33						
7	Рис отварной с овощами	150	3,20	5,36	22,27	169,00	7	Рис отварной с овощами	180	3,84	6,43	26,72	202,80						
8	Клесья из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00	8	Клесья из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	830	24,31	18,73	101,36	696,40		Итого	860	31,84	23,66	125,30	872,33						
Полдник																			
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																			
Итого за день																			
			39,10	25,04	214,90	1272,00		Итого за день		49,40	30,61	263,49	1566,73						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блока	2	Пищевые вещества (г)			Энгл (ккал)	№ ТК (ТТК)*	1	Наименование блока	2	Пищевые вещества (г)			Энгл (ккал)					
			Б	Ж	У						Б	Ж	У						
1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
День 2																			
Завтрак																			
10	Рагу из мяса (говядины)	220	9,71	13,31	20,82	251,00	10	Рагу из мяса (говядины)	220	9,71	13,31	20,82	251,00						
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	575	14,01	14,11	71,99	484,60		Итого	595	15,30	14,23	80,49	525,40						
Обед																			
11	Икра свекольная	60	1,44	4,26	6,24	69,00	11	Икра свекольная	100	2,40	7,10	10,40	115,00						
12	Рассольник ленинградский	250	2,95	5,25	16,25	121,25	12	Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121,25						
13	Котлеты, биточки, шницели	90	14,83	11,87	13,63	220,00	13	Котлеты, биточки, шницели	100	16,48	13,19	15,14	244,44						
14	Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,09	5,45	28,72	178,00	14	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,11	6,54	34,46	213,60						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	770	29,48	27,88	130,23	888,25		Итого	940	35,05	32,63	155,48	1055,49						
Полдник																			
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи спелый 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Норма выдачи спелый 1,2 гр., соли 1,2 гр., соли 3 гр.																			
Итого за день																			
			Б	Ж	У	Энгл				Б	Ж	У	Энгл						
			44,49	42,39	245,02	1555,85				51,55	47,46	283,67	1787,39						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Пшеничные вещества (г)					Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Пшеничные вещества (г)									
		Б	Ж	У	4	5				6	7	1	2	3	4	5	6		
День 3										День 3									
Завтрак										Завтрак									
15	Плов из отварной птицы	160	12,19	12,11	28,88	273,52	15	Плов из отварной птицы	200	15,24	15,14	36,10	341,90						
16	Овоши натуральные свежие (или соевые) помидоры	60	0,66	0,12	2,28	14,14	16	Овоши натуральные свежие (или соевые) помидоры	100	1,10	0,20	3,80	24,00						
ГП	Супчики, булочки, баранки	40	4,28	0,48	28,48	135,60	ГП	Супчики, булочки, баранки	40	4,28	0,48	28,48	135,60						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
Итого	Итого	500	20,31	12,94	109,61	640,86	Итого	Итого	600	25,09	16,17	126,85	759,90						
Обед										Обед									
17	Зеленый горошек (или кукуруза)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	17	Зеленый горошек (или кукуруза)	100	3,10	0,20	6,50	40,00						
18	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95,00	18	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95,00						
19	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	8,66	4,91	4,04	96,00	19	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,62	5,46	4,49	106,67						
20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60	20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60						
8	Квасель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00	8	Квасель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
Итого	Итого	860	21,79	21,37	89,01	635,60	Итого	Итого	940	25,93	21,50	105,90	723,47						
Полдник										Полдник									
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
Итого	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00	Итого	Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.									
Итого за день										Итого за день									
			Б	Ж	У	Эн/д				Б	Ж	У	Эн/д						
			43,10	34,71	241,42	1459,46				52,22	38,27	280,45	1689,87						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	День 4					Эн/д (ккал)	№ ТК (ГТК)*	Наименование блюда	День 4					Эн/д (ккал)				
		Вес блюда	Б	Ж	У	У				Вес блюда	Б	Ж	У	У					
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
Завтрак																			
39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	150	4,74	0,57	34,09	161,00	39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	180	5,65	0,68	40,65	191,00						
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	505	9,04	1,37	85,26	394,60		Итого	555	11,24	1,60	100,32	465,40						
Обед																			
16	Овощи натуральные свежие (или соевые) отруды	60	0,48	0,06	1,50	8,40	16	Овощи натуральные свежие (или соевые) отруды	100	0,80	0,10	2,50	14,00						
21	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,85	18,83	111,25	21	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,85	18,83	111,25						
22	Тфтели из говядины "сакити"	90	10,77	16,26	11,13	234,00	22	Тфтели из говядины "сакити"	100	11,97	18,07	12,37	260,00						
23	Кашуэта тушеная	150	3,13	4,64	12,37	113,00	23	Кашуэта тушеная	180	3,76	5,57	14,84	135,60						
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	830	23,15	24,86	109,22	766,65		Итого	940	27,24	27,14	127,77	882,05						
Полдник																			
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																			
Итого за день																			
			Б	Ж	У	Эн/д				Б	Ж	У	Эн/д						
			33,19	26,63	237,28	1344,25				39,68	29,34	275,79	1553,95						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)																																		
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)			№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда			Пищевые вещества (г)																															
		3	4	5	Б	Ж	У			3	4	5	Б	Ж	У																													
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7																								
День 5																																												
Завтрак																																												
24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,64	21,09	15,09	344,55	24	Жаркое по-домашнему (азу)	200	23,64	21,09	15,09	344,55																															
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00																															
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05																															
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00																															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40																															
	Итого	555	26,68	21,78	53,38	522,20		Итого	575	27,97	21,90	61,88	563,00																															
Обед																																												
11	Икра морковная	60	1,26	4,08	8,28	75,00	11	Икра морковная	100	2,10	6,80	13,80	125,00																															
26	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,38	23,56	157,00	26	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,38	23,56	157,00																															
27	Тушица из говядины	90	13,15	16,22	3,22	211,80	27	Тушица из говядины	120	17,53	21,63	4,29	282,40																															
1	Макаронные изделия отварные	150	5,71	0,68	33,62	159,00	1	Макаронные изделия отварные	180	6,79	0,80	39,97	190,00																															
28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00	28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00																															
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20																															
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00																															
	Итого	830	31,63	27,41	122,20	856,80		Итого	960	39,87	35,16	148,98	1069,60																															
Полдник																																												
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00																															
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50																															
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50																															
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																																												
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																																												
Итого за день										Итого за день																																		
					59,31					49,59					218,38					Эн/ц					1562,00																			
										69,04										57,66										258,56					Эн/ц					1839,10				

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Пшенищые вещества (г)			Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Пшенищые вещества (г)			Эн/д (ккал)								
		В	Ж	У				Б	Ж	У									
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
День 8																			
Завтрак																			
39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	150	4,74	0,57	34,09	161,00	39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	180	5,65	0,68	40,65	191,00						
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	115	0,46	0,46	11,27	54,05						
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00						
ГП	Хлеб пшеничный или багет	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или багет	30	2,40	0,05	12,03	62,40						
	Итого	505	7,78	1,26	72,38	338,65		Итого	555	9,98	1,49	87,44	409,45						
Обед																			
36	Игра баскетбольная (промышленного производства)	60	1,02	7,98	3,06	88,80	36	Игра баскетбольная (промышленного производства)	100	1,70	13,30	5,10	148,00						
18	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95,00	18	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95,00						
24	Жаркое по-домашнему (згу)	200	23,59	22,79	15,01	359,55	24	Жаркое по-домашнему (згу)	200	23,59	22,79	15,01	359,55						
28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00	28	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,00	21,13	90,00						
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20						
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00						
	Итого	790	32,46	36,82	82,24	797,35		Итого	860	35,08	41,64	98,12	917,75						
Полдник																			
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00						
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50						
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50						
Норма выдачи специй 1,2 гр. соли 1,8 гр.																			
Норма выдачи специй 1,2 гр. соли 1,8 гр.																			
Итого за день																			
	Итого за день		41,24	38,48	197,42	1319,00		Итого за день		46,26	43,73	233,26	1533,70						

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)																	
День 9					День 9					День 9					День 9												
№ ГК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			№ ГК (ГТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энд (ккал)	Энд (ккал)														
			Б	Ж	У				Б	Ж	У																
1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	7	7														
Завтрак														Завтрак													
39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	150	4,74	0,57	34,09	39	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая, или пшенная)	180	5,65	0,68	40,65	191,00															
2	Ябло вареное	40	5,10	4,60	63,00	2	Ябло вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00															
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00															
ГП	Бананы, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	ГП	Бананы, или груша, или яблоко, или др.	115	1,72	0,57	24,15	110,00															
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40															
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00															
	Итого	545	14,14	5,97	85,56		Итого	595	16,34	6,20	100,62	528,40															
Обед														Обед													
17	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	60	1,86	0,12	3,90	1	Зеленый горошек (или кукуруза) отварные	100	3,10	0,20	6,50	40,00															
37	Суп с рыбными консервами	200	6,78	3,92	11,02	60	Суп с рыбными консервами	250	8,48	4,90	13,78	148,00															
27	Гуляш из говядины	90	13,15	16,22	3,22	27	Гуляш из говядины	120	17,53	21,63	4,29	282,40															
38	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	38	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,42	44,50	303,66															
8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	8	Кисель из свежих ягод	200	0,25	0,10	16,51	71,00															
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20															
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00															
	Итого	780	36,06	29,26	104,12		Итого	960	47,03	36,80	131,81	1070,26															
Полдник														Полдник													
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00															
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50															
	Итого	300	1,00	0,40	42,80		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50															
Норма выдачи спешит 1,2 гр., соли 1,8 гр.														Норма выдачи спешит 1,2 гр., соли 3 гр.													
			Б	Ж	У				Б	Ж	У																
Итого за день			51,20	35,63	232,48	Итого за день			64,57	43,60	280,13	Итого за день															
			Энд/д							Энд/д																	
			1482,85							1805,16																	

Дети 6-11 лет (дети с пищевой аллергией на молочный белок)										Дети 12 лет и старше (дети с пищевой аллергией на молочный белок)																	
День 10					День 10					День 10					День 10												
№ ТК (ТТК)*	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)														
			Б	Ж	У					Б	Ж	У															
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7														
Завтрак														Завтрак													
25	Плов из отварной говядины	200	15,06	17,15	39,26	372,00	25	Плов из отварной говядины	200	15,06	17,15	39,26	372,00														
16	Овоши натуральные свежие (или соевые) огуры	60	0,48	0,06	1,50	8,40	16	Овоши натуральные свежие (или соевые) огуры	100	0,80	0,10	2,50	14,00														
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00														
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00														
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40														
	Итого	500	18,12	17,44	67,78	504,00		Итого	560	19,73	17,60	77,28	550,40														
Обед														Обед													
40	Морская капуста	60	0,50	5,10	0,00	75,00	40	Морская капуста	100	0,83	8,50	0,00	125,00														
5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85	121,00	5	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,68	4,49	17,85	121,00														
22	Тертель из говядины "сжакит"	90	10,77	16,26	11,13	234,00	22	Тертель из говядины "сжакит"	100	11,97	18,07	12,37	260,00														
20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60	20	Картофель отварной	180	3,72	10,19	21,52	185,60														
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00														
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20														
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00														
	Итого	860	22,74	37,09	115,89	915,60		Итого	940	26,21	41,80	130,97	1052,80														
Полдник														Полдник													
9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00	9	Сок овощной, фруктовый	200	0,60	0,00	33,00	136,00														
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	0,60	0,60	14,70	70,50														
	Итого	300	1,00	0,40	42,80	183,00		Итого	350	1,20	0,60	47,70	206,50														
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.														Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.													
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/д	Итого за день			Б	Ж	У	Эн/д														
Итого за день			41,86	54,93	226,47	1602,60	Итого за день			47,14	60,00	255,95	1809,70														

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-11 лет	Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-11 лет					Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше					
	лет	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)	Итого за 10 дней	Итого за 10 дней	Пищевые вещества (г)			Эн/д (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Итого за 10 дней		427,95	362,05	2256,31	14221,55	Итого за 10 дней		513,24	414,20	2658,41	16721,97
Итого за 1 день		35,66	30,17	188,03	1185,13	Итого за 1 день		51,32	41,42	265,84	1672,20

Примечание: ПП - готовый продукт.
 * в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника

Примечание: ПП - готовый продукт.
 * в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника

Примечание: ПП - готовый продукт.
 * в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника