



01.09.2023 г.		Меню приготавливаемых блюд ЗАВТРАКИ и ВТОРОЕ ПИТАНИЕ для детей-инвалидов и инвалидов					
1 и 2 смена старшие		СЕЗОН ОСЕНЬ-ЗИМА		Возрастная категория детей от 12 лет и старше			
Наименование блюда		Пищевые вещества, г					№ рецептуры
		Выход,г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич. ценность ккал	
<b>Неделя 1</b>	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
<b>День 1</b>	Мясо тушеное	70/70	21,2	24,9	3,5	315	256/2015
	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>37,7</b>	<b>55,5</b>	<b>101,2</b>	<b>932</b>	
<b>День 2</b>							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	234/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Кисель плодоваягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,6</b>	<b>16,4</b>	<b>93</b>	<b>644</b>	
<b>День 3</b>							
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком	270/40	45	34	86,8	568	223/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>64,7</b>	<b>64</b>	<b>160,5</b>	<b>1103,5</b>	
<b>День 4</b>							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Котлета из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
	Макаронные изделия с маслом сливочным	180	6,5	7	36,5	235	203/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Хлеб ржаной иодированный	40	2,6	0,4	16,8	60	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>34,1</b>	<b>23,4</b>	<b>113,36</b>	<b>753</b>	
<b>День 5</b>							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Фрикадельки из кур со сливочным маслом	120/5	16,1	22,5	9	304	297/2015
	Рагу овощное	180	4,2	9,1	19,2	175	541/2004
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	13,7	70,5	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>36,1</b>	<b>35,8</b>	<b>111,4</b>	<b>914,5</b>	

<b>Неделя 2</b>							
<b>День 6</b>	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Омлет с сыром	195/5	24,3	26,3	3,5	468	211/2015
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>50,3</b>	<b>56,7</b>	<b>97,5</b>	<b>1148,5</b>	
<b>День 7</b>							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Гуляш	70/70	20,3	23,3	3,9	309	260/2015
	Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>28,4</b>	<b>28,9</b>	<b>67,7</b>	<b>642,5</b>	
<b>День 8</b>							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Котлеты из кур с соусом томатным	100/40	17	25,5	16,4	365	294/2015
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	140	0,5	0,5	13,7	66	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>35</b>	<b>40,4</b>	<b>99,3</b>	<b>901,5</b>	
<b>День 9</b>							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Рыба тушеная с томатом и овощами	120/50	24,6	12,4	6,4	178	229/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>41</b>	<b>39,1</b>	<b>104,16</b>	<b>765</b>	
<b>День 10</b>							
	Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/02015
	Биточки из мяса говядины 1 кат	100	10,4	11,2	9,2	143	268/2015
	Капуста тушеная	180	4,6	8,2	19,3	138	321/2015
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>21,7</b>	<b>20,6</b>	<b>95,6</b>	<b>679,0</b>	
	<b>Среднее за 10 дней</b>		<b>37,5</b>	<b>38,1</b>	<b>104,4</b>	<b>848,4</b>	

Технолог МП г.Армавира "КШПит"

В.Г.Свинцова



01.09.2023 г. Меню приготавливаемых блюд <b>ОБЕД</b> для детей-инвалидов и инвалидов							
1 см- младшие 1 и 2 см-старшие		Возрастная категория детей от 7 до 11 лет и от 12 и старше					
СЕЗОН - ОСЕНЬ -ЗИМА		Пищевые вещества, г					
Наименование блюда		Выход,г	Белки	Жиры	Углевод	Энергетич.ценн ость ккал	№ рецептуры
1	2	3	4	5	6	7	8
Неделя 1	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
День 1	Суп с рисовой крупой	250	0,5	4,7	1,5	64	115/2015
	Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>24,8</b>	<b>27,9</b>	<b>94,96</b>	<b>620,5</b>	
День 2	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	Гуляш	70/70	20,3	23,3	3,9	309	260/2015
	Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>33,4</b>	<b>39,6</b>	<b>120,8</b>	<b>925,5</b>	
День 3	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015
	Котлеты рубленые из птицы	100	17,4	16,6	16,2	286	294/2015
	Рагу овощное	180	4,2	9,1	19,2	175	541/2004
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	48	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>40,1</b>	<b>35,5</b>	<b>101,2</b>	<b>884</b>	
День 4	Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/02015
	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,2	16,5	148	102/2015
	Жаркое по-домашнему	75/125	24,3	28,3	24,7	442	259/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	40	2,4	0,6	21,8	102	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>47,6</b>	<b>43,8</b>	<b>138,3</b>	<b>1211</b>	
День 5	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	Рыба тушеная с томатом и овощами	120/50	24,6	12,4	6,4	178	229/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>45,5</b>	<b>44,9</b>	<b>143,06</b>	<b>945</b>	

<b>Неделя 2</b>							
<b>День 6</b>	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015
	Мясо тушеное	70/70	21,2	24,9	3,5	315	256/2015
	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160	303/2015
	Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>34,6</b>	<b>33,4</b>	<b>102,4</b>	<b>838</b>	
<b>День 7</b>							
	Нарезка из свежих помидоров	100	1,1	0,2	3,3	22	71/2015
	Суп с клецками	250	5,5	4,7	10	115	118/2015
	Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	234/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>41,8</b>	<b>28,3</b>	<b>118,8</b>	<b>935</b>	
<b>День 8</b>							
	Нарезка из свежих огурцов	100	0,6	0,1	0,2	12	71/2015
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
	Макаронные изделия с маслом сливочным	180	6,5	7	36,5	235	203/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	65	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	<b>ИТОГО:</b>		<b>33,4</b>	<b>46,1</b>	<b>152,06</b>	<b>957</b>	
<b>День 9</b>							
	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015
	Фрикадельки из кур со сливочным маслом	120/5	16,1	22,5	9	304	297/2015
	Капуста тушеная	180	4,6	8,2	19,3	138	321/2015
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	65	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	130	0,5	0,5	12,7	61	338/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30,4</b>	<b>42</b>	<b>132</b>	<b>946</b>	
<b>День 10</b>							
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015
	Рагу из птицы	75/125	14,2	12,1	17,3	237	289/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	<b>ИТОГО:</b>		<b>39,7</b>	<b>26,8</b>	<b>74,1</b>	<b>722</b>	
	<b>Среднее за 10 дней</b>		<b>37,1</b>	<b>36,8</b>	<b>117,8</b>	<b>898,4</b>	

Технолог МП г.Армавира "КШПит"

В.Г.Свинцова