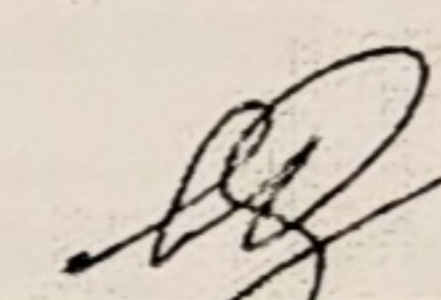


УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАУ «Центр социального питания»


Я.Н.Фадеевко
«09» января 2023 г.

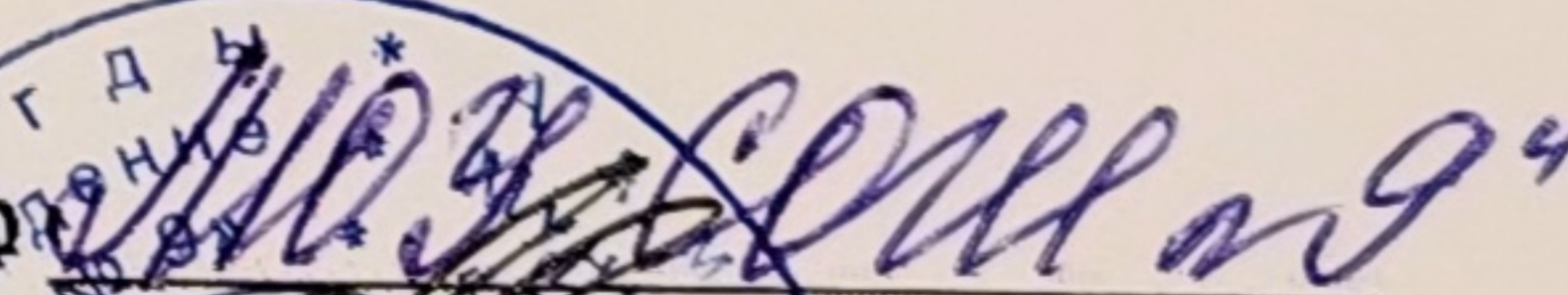
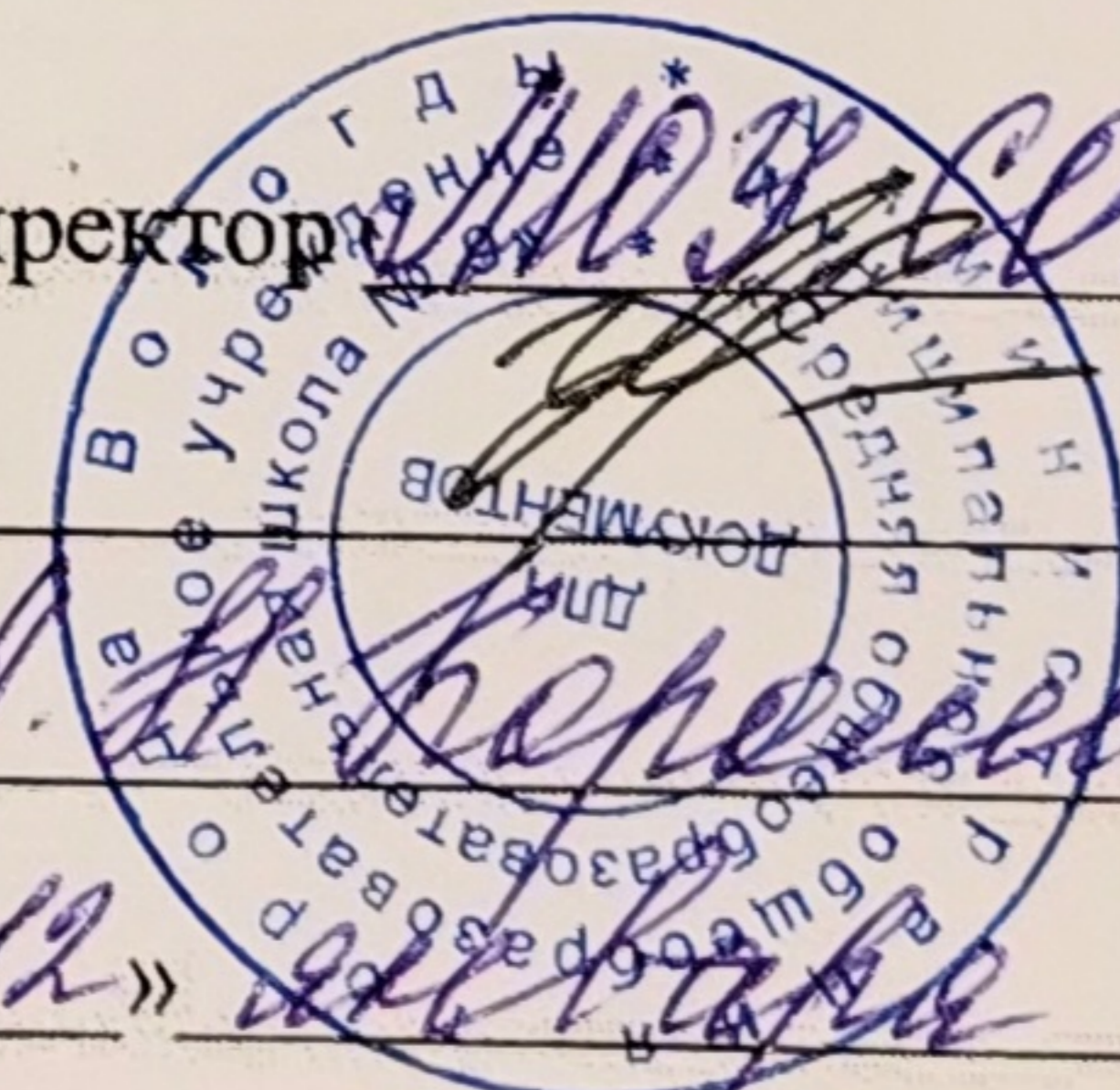
**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
1-4 КЛАССОВ**

Г. ВОЛОГДА

Директор ООО «Общепит»
Дубровина С.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор 

«12» января 2023 год

**Примерное 10-дневное меню
для организации питания обучающихся начальных классов
с ограниченными возможностями здоровья(ОВЗ)**

2022-2023 уч.год, 2 полугодие

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)						Энерг. Цен.	Витамины (мг)						Минеральные вещ. (мг)				
			Б	Ж	У	6	7	8		9	10	11	12	13	14	15				
1	Первая неделя Понедельник Завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
ГТК	Окорочок цыпленка бройлера (без кости) припущенный	75	18	12,03	0,42	182	0,026	0	0,23	15	29,25	107,3	15	1,35						
600/04	соус сметанный(или молочный, или сметанный с томатом)	25	0,23	0,21	0,72	8	0,006	0,011	10,15	0,071	8,2	6,83	1,59	0,06						
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,15	34,2	245	0,06	0	0	1,95	12	34,5	7,5	0,75						
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	0	0,1	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86						
12,14/200	Овощи консервированные или свежие	20	0,6	0,1	1,46	12	0,02	1,56	15,2	0	4	12,6	3,8	0,26						
ГОСТ	Хлеб пшеничный, или багет	30	1,74	0,22	10,63	70	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33						
	Итого за завтрак	500	25,87	21,76	62,44	574	0,142	1,671	25,58	17,41	65,6	195,5	42,19	3,61						
	Обед																			
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,73	2,8	20,45	118	0,15	8,25	0	1,23	15,2	63,55	24,05	0,98						
	и пылленком отварным	12,5	2,7	1,67	0	26	0	0	2,5	0,02	5	17,92	2,5	0,25						
499/04	Котлета из пылленка	75	11,4	10,2	10,1	178	0,07	1,32	15,01	0,29	35,11	76,7	22	1,76						
595/04	с соусом молочным	40	0,83	2,1	2,84	33	0,014	0,13	11,53	0	26,36	20,39	3,77	0,08						
463/1996	Каша перловая расецлпчатая	150	4,57	4,34	35,76	192	0,044	0	0	0,59	19,28	154,9	18,99	0,87						
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59	0	2,9	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9						
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93						
338/2011	Флоды свежие	1шт	0,4	0,4	9,8	47	0,048	12	24	0,48	9,6	33,6	50,4	0,72						
	Итого за обед	864,5	24,87	21,89	106,47	715	0,361	24,6	53,04	2,88	125,4	408,7	134,5	6,49						
	Всего за день	1364,5	50,74	43,65	168,91	1289	0,503	26,27	78,62	20,29	191	604,2	176,6	10,1						

ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62	0,035	0	0	0,27	6,8	31,8	7,5	0,93
773/04	Выпечное изделие собственного производства	50	3,9	3,06	23,9	141	0,07	0	3	1	11,3	39,2	15,2	0,73
	Итого за обед	814,5	25,375	28,13	107,91	746	0,424	23,12	37,02	38,16	133,6	436,2	207	19,68
	Всего за день	1494,5	48,115	43,67	211,88	1392	1,792	98,06	137	62,83	245,5	705,4	353,5	23,25
	средняя калорийность двух разового питания(обед+завтрак)				1437,5ккал									
	средний объем питания	1422,75												

обед для учащихся 1-4 кл объем не ниже 700г, Энергет.ценность от 705-823 ккал

завтрак

объем 500г, Энергет.ценность от 400-550 ккал

за рацион двухразового питания: объем 1200г, Энергет.ценность от 1100-1373 ккал