

СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог
Сорокина В.В.
подпись
ФИО
дата

УТВЕРЖДАЮ
директор СЕМИУП "Комбинат школьного питания"
«Камчатка»
ШКОЛЬНОГО
ТИПА питания
подпись
Е. А. Горобченко
ИИН 6602315757 КПП 66020100
Российская Федерация, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, г. Ханты-Мансийск

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ
Сорокина В.В.
подпись
ФИО
дата

**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- дн., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины						ХЕ
			всего	всего	Са	Mg			P	Fe	А,мкг	Р,мкг	Т,мкг	В1,мг	С,мг							
1 День																						
Завтрак 7-11 лет I смена																						
Бублик Детские	ТТК 547	100	8,18	10,97	5,26	151,67	3,04	1,94	4,8	0,09	9,79	66,62	0,11	0	0,24							
Макаронные изделия отварные цветные	ТТК 578	190	7,14	4,97	47,42	262,31	20,62	10,74	59,25	1,1	22,8	25,65	1,02	0,11	0							
Томидор свежий дольками	ТТК 646	50	0,97	0,18	4,59	22,87	12,35	17,64	22,93	0,79	0	119,7	0,63	0,05	22,05							
Дай (б/сахара)	ТТК 953	180	1,53	0,37	0,30	10,61	0	0	0	0,01	0	0	0	0	0							
Фруктовые пастилки	ТТК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
Хлеб столычный из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
Итого за прием		560	19,64	16,76	81,05	552,53	36,01	30,32	86,98	1,99	32,59	211,97	1,76	0,16	22,29				8,11			
2 День																						
Завтрак 7-11 лет I смена																						
Наггетсы из птицы*	ТТК 115	100	12,02	7,02	7,02	139,00	13,68	11,48	95,82	0,99	17,89	52,07	3,91	0,03	0,47							
Капша гречневая расщипанная	ТТК 571	220	11,26	8,52	60,63	348,77	17,61	145,55	218,69	4,90	21,60	25,75	0,64	0,31	0,00							
Напиток каркаде (б/сахара)	ТТК 955	200	0,04	0,00	9,48	35,40	108,98	23,27	95,40	0,66	12,00	22,09	0,01	0,03	0,52							
Груши печеные (б/сахара)	ТТК 1013	100	0,40	0,37	40,83	100,30	20,00	11,25	13,75	2,75	0,00	6,25	0,25	0,04	12,50							
Батончик На здоровье пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	ТТК 604	20	1,57	0,59	9,80	52,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
Итого за прием		640	25,29	16,50	127,76	675,47	160,27	191,55	423,66	9,30	51,49	106,16	4,81	0,41	13,49				12,78			
3 День																						
Завтрак 7-11 лет I смена																						
Котлета Морское диво*	ТТК 561	100	14,50	2,00	15,30	140,00	68,37	29,16	192,22	0,71	18,90	41,91	3,06	0,08	0,82							
Пюре картофельное	ТТК 589	220	6,82	9,83	48,87	304,26	47,04	34,39	101,78	1,26	16,37	35,17	0,21	0,14	12,46							
Чай с лимоном (б/сахара)	ТТК 956	200	0,23	0,39	9,09	37,80	1,76	0,52	0,96	0,03	0,00	0,10	0,01	0,00	0,80							
Овощное ассорти	ТТК 674	87	0,77	0,11	13,42	16,53	30,00	17,50	42,50	3,25	0,00	0,00	0,50	0,03	4,00							
Хлеб столычный из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
Итого за прием		632	23,99	12,58	97,71	552,59	147,17	81,57	337,46	5,25	35,27	77,18	3,78	0,25	18,08				9,77			

День	Наименование блока	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины						ХЕ
			всего	всего	Са	Mg			P	Fe	А,мкг	Р,мкг	Т,мг	В,мг	С,мг							
День																						
Итого за прием																						
Итого за прием		618	17,76	22,98	80,71	551,97	179,25	73,29	232,65	2,62	38,27	150,30	0,71	0,20	19,99	8,07						
2 День																						
Итого за прием																						
Итого за прием		570	27,60	26,37	93,99	612,51	59,41	51,83	310,42	5,37	44,00	119,60	4,21	0,45	12,57	9,40						
1 Неделя																						
Итого за прием																						
Итого за прием		717	26,18	24,31	124,52	697,35	119,82	53,56	310,98	5,50	37,30	510,80	2,74	0,25	9,11	12,45						
2 Неделя																						
Итого за прием																						
Итого за прием		645	25,99	17,73	116,49	631,70	116,33	86,84	270,28	6,05	35,72	190,84	2,77	0,34	13,56	11,65						
День																						
Итого за прием																						
Итого за прием		676	34,84	18,49	151,40	680,55	118,36	77,18	192,30	8,20	21,96	48,08	0,78	0,65	4,82	15,14						
август 7-11 лет I семна																						
август 7-11 лет I семна		100	14,83	5,40	3,99	123,00	11,40	18,05	190,00	1,33	8,50	10,00	0,30	0,04	0,00							
Улэш из фидге индейки		220	7,67	10,46	65,79	325,60	33,91	21,24	75,57	1,28	0,00	441,00	2,10	0,11	4,10							
Лакароны с ошоками		10	0,08	6,38	0,12	58,17	2,11	0,00	2,61	0,02	24,00	45,00	0,10	0,00	0,00							
Ласло спичочное в упаковке		200	1,28	1,17	11,33	57,20	42,24	4,87	31,32	0,03	4,80	8,80	0,00	0,01	0,21							
Лай с молоком (б/сахара)		162	0,65	0,65	32,26	79,38	16,90	9,40	11,48	2,30	0,00	6,00	0,24	0,03	4,80							
Болоко		25	1,67	0,25	11,03	54,00	13,26	0,00	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00							
Глеб стогичный из ржано-пшеничной муки		717	26,18	24,31	124,52	697,35	119,82	53,56	310,98	5,50	37,30	510,80	2,74	0,25	9,11	12,45						
Итого за прием		645	25,99	17,73	116,49	631,70	116,33	86,84	270,28	6,05	35,72	190,84	2,77	0,34	13,56	11,65						
рецидивное значение за 1 неделю																						

День																						
август 7-11 лет I смена	ТТК 566	100	9,54	4,92	5,74	103,00	108,84	44,04	224,44	0,80	33,84	62,39	4,36	0,07	0,99							
Яйца, тушеная в томате с овощами*	ТТК 1034	30	7,34	6,88	0,00	92,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
ыр порционно	ТТК 575	180	4,96	8,35	64,62	237,84	33,82	29,45	162,76	1,16	6,48	542,54	1,91	0,06	1,97							
деша перловая с овощами	ТТК 956	205	0,24	0,40	9,32	38,75	1,76	0,52	0,96	0,03	0,00	0,10	0,01	0,00	0,80							
ай с лимонном (б/сахара)	ТТК 669	125	0,50	0,50	28,63	61,25	6,76	4,12	12,35	0,18	0,00	3,00	0,03	0,01	2,94							
блого	ТТК 604	20	1,57	0,59	9,80	52,00	13,26	0,00	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00							
агончик На здоровье пшенично-ржаной обогащенный итаминами, железом и кальцием		660	24,15	21,64	118,11	585,70	164,44	78,13	400,51	2,71	40,32	608,03	6,31	0,20	6,70							
Итого за прием																						
День																						
август 7-11 лет I смена	ТТК 24	100	12,02	7,02	7,02	139,00	11,62	1,17	7,96	0,03	9,00	16,05	0,05	0,00	0,02							
агочки Чисен топ	ТТК 572	180	7,79	9,59	42,12	273,12	25,74	115,56	187,92	4,02	0,00	1,26	1,79	0,21	1,92							
Каша Гречневая с луком	ТТК 955	200	0,04	0,00	9,48	35,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
апиток каркале (б/сахара)	ТТК 1015	80	7,00	11,55	31,50	228,88	45,54	7,51	67,54	0,38	36,84	66,75	0,36	0,03	0,06							
Ворожник с кокосом (б/сахара)	ТТК 664	20	0,49	2,64	0,66	28,68	11,62	1,17	7,96	0,03	9,00	16,05	0,05	0,00	0,02							
Сметана	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
Хлеб столычный из ржано-пшеничной муки		605	29,01	31,05	101,81	759,08	94,52	125,41	271,38	4,46	54,84	100,11	2,25	0,24	2,02							
Итого за прием																						

5 День

август 7-11 лет I смена

Паста с фасе нидейки в сливочном соусе

Чай с молоком (б/сахара)

Яблоко

Быстогчик На здоровье пшенично-ржаной обогащенный
витаминами, железом и кальцием

Итого за прием

(среднесуточное значение за 2 недели)

(среднесуточное значение за 2 недели)

Стоимость питания 166 руб. в день

Основание: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюда и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюда кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой

продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания «Хлебпродлинформ» Москва 2004 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания «Хлебпродлинформ» Москва 1996 г.

И.М.Скурхин, В.А.Тугельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, Делта Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость, возможна замена дня, один на другой.

Технолог

М. Н. Корнева

Корнева