

ОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ **Светл №15**
В.И. Сердюченко



ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ с 7 до 11 лет 1 смена

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор АО "КШП"
 Е.А. Горобченко
 05.02.2025
 Акционерное общество
 БИЛАНС
 ОГРН 7707083886
 ИНН 7707083886

| Наименование блюда | № рел. | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦл, ккал | Минеральные элементы (мг) | | | | | | | | | | | | |
|---|-----------|------------|--------------|--------------|------------------|---------------|---------------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|--|
| | | | | | | | Са | Мг | Fe | P | A | B1 | B2 | | | | | | |
| Неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий дольками | ТТК 676/1 | 65 | 0,70 | 0,13 | 3,32 | 16,52 | 8,92 | 12,74 | 0,57 | 16,56 | 0,00 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,93 | | |
| Солбаса отварная | ТТК 516 | 100 | 4,86 | 11,10 | 0,00 | 189,34 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Дикардонные изделия отварные цветные | ТТК 578 | 180 | 3,37 | 2,71 | 33,42 | 160,78 | 16,22 | 9,98 | 1,02 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Чай с сахаром | ТТК 618 | 200 | 0,19 | 0,04 | 7,22 | 29,01 | 0,26 | 0,00 | 0,03 | 0,17 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Млр порционно | ТТК 1034 | 20 | 2,89 | 4,32 | 0,00 | 41,91 | 176,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Хлеб стогольный 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 | 0,00 | 0,00 | | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | ТТК 608 | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Итого за прием | | 615 | 15,40 | 18,80 | 67,00 | 549,56 | 201,40 | 22,72 | 1,79 | 16,56 | 21,60 | 0,14 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,93 | | |
| 2 День | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Латтеса из плитки | ТТК 545/1 | 100 | 8,84 | 8,32 | 6,00 | 184,59 | 1,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Картофель тушеный | ТТК 587 | 180 | 2,64 | 6,90 | 26,05 | 126,44 | 32,16 | 2,70 | 1,64 | 0,00 | 0,00 | 0,16 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 14,53 | | |
| Напиток "Трушняка" | ТТК 626 | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,68 | 36,82 | 1,10 | 0,52 | 0,13 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | | |
| Хлеб стогольный 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 | 0,00 | 0,00 | | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | ТТК 608 | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,37 | | |
| Огурец свежий | ТТК 675/1 | 65 | 0,51 | 0,06 | 2,23 | 10,15 | 14,65 | 8,92 | 0,38 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 21,00 | | |
| Итого за прием | | 595 | 15,40 | 15,80 | 67,00 | 470,00 | 49,00 | 12,14 | 2,16 | 0,70 | 34,56 | 0,18 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 21,00 | | |
| 3 День | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Фришбол | ТТК 548 | 100 | 8,51 | 9,38 | 2,80 | 153,74 | 54,84 | 0,00 | 0,00 | 0,54 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | | | |
| Рис цветной | ТТК 584 | 180 | 2,83 | 1,26 | 28,74 | 106,51 | 8,74 | 25,31 | 0,56 | 0,00 | 6,48 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,72 | | | |
| Чай с лимонком | ТТК 614 | 200 | 0,23 | 0,39 | 7,09 | 27,80 | 2,55 | 0,69 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | |
| Печенье "Жеманка шоколадные" | ТТК 1394 | 50 | 1,10 | 5,83 | 13,32 | 101,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,30 | | | |
| Овощное ассорти (отруца, помидоры) | ТТК 674/1 | 40 | 0,80 | 0,12 | 3,56 | 17,32 | 14,65 | 13,31 | 0,59 | 26,62 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | |
| Хлеб стогольный 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 | 0,00 | | | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | ТТК 608 | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | |
| 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 | 0,00 | | | |
| Итого за прием | | 635 | 17,01 | 17,49 | 91,00 | 569,52 | 80,79 | 39,31 | 1,23 | 27,17 | 6,48 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,12 | | | |

| День | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| август | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| доят из свежих отурцов | ТТК 679/1 | 90 | 0,69 | 2,96 | 2,86 | 54,64 | 26,06 | 1,64 | 0,52 | 32,64 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 9,79 |
| ыр порционно | ТТК 1034 | 40 | 5,78 | 8,64 | 0,00 | 83,82 | 352,00 | 0,00 | 0,35 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| сечен, тушеный в томатном соусе | ТТК 526 | 100 | 3,85 | 2,50 | 9,00 | 82,13 | 17,65 | 15,14 | 205,51 | 4,50 | 35,09 | 60,51 | 0,86 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,16 |
| не известной | ТТК 584 | 170 | 2,67 | 1,19 | 22,42 | 100,59 | 8,25 | 23,90 | 0,53 | 0,00 | 6,12 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,68 |
| алпиток "Грушенка" | ТТК 626 | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,68 | 36,82 | 1,10 | 0,52 | 0,13 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 |
| люб пшеничный из муки в/с | ТТК 608 | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| люб столичный 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 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| того за прием | | 650 | 16,40 | 15,80 | 67,00 | 470,00 | 405,07 | 51,20 | 207,04 | 37,84 | 41,21 | 60,57 | 0,86 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 10,73 |
| средневзвешенное значение за 2 недели | | 627 | 17,00 | 17,44 | 80,74 | 550,38 | 199,58 | 37,35 | 36,73 | 62,29 | 30,57 | 10,20 | 0,14 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 7,21 |
| средневзвешенное значение за 2 недели | | 627 | 17,32 | 17,85 | 79,54 | 549,52 | 173,79 | 52,66 | 20,39 | 110,23 | 62,68 | 5,22 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13,32 |

Тонкость питания 172 руб. в день

Основание: СанИтН 2.3 /2.4.3590-20

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.

8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, биод и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, биод кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к настоящим Правилам).

Борник рецептур биод и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродлинформ" Москва 1996 г.

Борник рецептур биод и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродлинформ" Москва, Делта Принт 2008 г.

1.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, Делта Принт 2008 г.

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

1.о.руководителя производственной службы



И.М.Бородина