

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Ильичева С.А. № 35

(наименование образовательного учреждения)

(подпись)

(расшифровка подписи)

2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "МАРГО"

М.В.Лашенкова/

20 сентября 2022 г.

**Основное двухнедельное меню рационов горячего питания  
для детей различного возраста с ограниченной возможностью  
здоровья (ОВЗ); обучающихся в муниципальном  
общеобразовательном учреждении (обед)**

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8.) изготовление продукции производится в соответствии с технико-технологическими картами (ТТК), разработанными уполномоченным лицом и утвержденными директором организации, оказывающей услуги питания, а также в соответствии с технологическими картами, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели-принт 2011 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

**ДЕНЬ 1**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,6	4,2	11,4	84
ТТК № 127	Тефтели из филе птицы	90/45	12,4	13,1	24,5	267
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	130	3,6	5,8	20,8	152
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,9</b>	<b>24</b>	<b>93,7</b>	<b>671</b>

**ДЕНЬ 2**

81/11; ТТК № 99	Суп картофельный с горохом с филе птицы отварным	200/10	5	4,4	17,8	134
ТТК № 120	Зразы ленивые из филе птицы	80	11,2	11,2	12	197
510-III/04	Каша вязкая гречневая	130	3,9	5,8	19,3	148
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	55	3,4	1	24,2	121
		<b>ИТОГО:</b>	<b>23,7</b>	<b>22,4</b>	<b>88,3</b>	<b>658</b>

**ДЕНЬ 3**

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	1,6	3,4	8	70
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная	90	12,7	12,6	16,3	235
516-III/04	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,1	23,5	147
ТТК № 62	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	43	2,7	0,7	18,9	95
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,7</b>	<b>20,8</b>	<b>81,7</b>	<b>605</b>

**ДЕНЬ 4**

80/11; ТТК № 99	Суп картофельный с пшеном с филе птицы отварным	200/10	3,5	3	11,7	87
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами	80	10,5	11,2	14,5	210
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,1</b>	<b>19,2</b>	<b>90,5</b>	<b>625</b>

**ДЕНЬ 5**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 118; ТТК № 99	Суп картофельный с яйцом с филе птицы отварным	200/10	3,8	2,8	5	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные	100	15	14,2	7,8	239
514-III/04	Бобовые отварные	150	7,6	7,8	27,7	208
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	54	3,3	0,9	23,7	118
		<b>ИТОГО:</b>	<b>29,9</b>	<b>25,7</b>	<b>79,2</b>	<b>707</b>

**ДЕНЬ 6**

82/11; ТТК № 99	Суп картофельный с вермишелью с филе птицы отварным	200/10	2	2,4	13,8	84
ТТК № 127	Тефтели из филе птицы	80/40	11	11,6	21,8	237
510-III/04	Каша вязкая гречневая	120	3,6	5,4	17,8	136
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		<b>ИТОГО:</b>	<b>19,9</b>	<b>20,3</b>	<b>90,4</b>	<b>625</b>

**ДЕНЬ 7**

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,6	4,2	11,4	84
ТТК № 120	Зразы ленивые из филе птицы	90	11,6	11	13,5	222
516-III/04	Макаронные изделия отварные	120	4,2	4,9	28,2	176
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,7</b>	<b>21</b>	<b>90,5</b>	<b>652</b>

**ДЕНЬ 8**

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	1,6	3,4	8	70
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами	90	12,6	12,6	16,3	235
510-III/04	Каша вязкая пшенная	130	3,6	5,8	20,8	152
ТТК № 62	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	44	2,7	0,8	19,4	97
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,7</b>	<b>22,6</b>	<b>79,5</b>	<b>612</b>

**ДЕНЬ 9**

81/11; ТТК № 99	Суп картофельный с горохом с филе птицы отварным	200/10	5	4,4	17,8	134
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная	80	11,2	11,2	14,4	209
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
		<b>ИТОГО:</b>	<b>21,9</b>	<b>20,5</b>	<b>94,3</b>	<b>660</b>

**ДЕНЬ 10**

ТТК № 118; ТТК № 99	Суп картофельный с яйцом с филе птицы отварным	200/10	4,4	2,8	5	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные	90	13,5	12,7	7	215
518-III/04	Картофель отварной	120	2,4	4,9	19,4	133
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	46	2,9	0,8	20,2	101
		<b>ИТОГО:</b>	<b>23,4</b>	<b>21,2</b>	<b>66,6</b>	<b>591</b>