

Утверждено

генеральным директором

АО «Государственный комбинат питания»

Г.А.Пановым



Согласовано

директором

школы (лицея, гимназии) № _____

(фамилия, имя, отчество)

(подпись)

М.П.

**Примерное 15-дневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
для учащихся 1-4 кл с сахарным диабетом (льготная категория ОВЗ и/или дети-
инвалиды) в общеобразовательных учреждениях г.Брянска
на период 2024-2025 учебного года**

Дата подписания « 30 » августа 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак (1-я смена)	Сосиски отварные	100	11,00	23,90	0,40	261,00	№243-2015г.
	Капуста припущенная с маслом сливочным	200/5	3,80	7,13	6,63	109,00	№136-2015г
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за завтрак</i>		<i>535</i>	<i>17,58</i>	<i>31,42</i>	<i>20,59</i>	<i>439,40</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Биточки рыбные "Диетические" (из минтая)	30	4,40	2,32	4,80	58,00	ТТК №103
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>660</i>	<i>13,40</i>	<i>12,00</i>	<i>57,95</i>	<i>400,75</i>	
Обед (2-я смена)	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	№71-2015г.
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Биточки рыбные "Диетические" (из минтая)	100	14,67	7,73	16,00	193,33	ТТК №103
	Каша рассыпчатая перловая	200	5,94	5,79	42,25	244,80	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>860</i>	<i>27,53</i>	<i>19,24</i>	<i>91,03</i>	<i>656,08</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с сыром	24/5/25	7,61	11,46	13,57	190,36	№3-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за полдник</i>		<i>254</i>	<i>7,81</i>	<i>11,46</i>	<i>13,57</i>	<i>191,36</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 195</i>	<i>30,98</i>	<i>43,42</i>	<i>78,54</i>	<i>840,15</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 114</i>	<i>35,34</i>	<i>30,69</i>	<i>104,60</i>	<i>847,44</i>	

День 2							
Завтрак (1-я смена)	Запеканка из творога с маслом сливочным	150/6	26,24	27,45	24,80	450,60	№223-2015г.
	<i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с маслом сливочным</i>	150/8	16,26	22,15	37,30	413,85	ТТК №23
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	№338-2015г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>506</i>	<i>27,04</i>	<i>28,05</i>	<i>39,50</i>	<i>522,10</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.
	Гуляш из свинины	15/15	3,19	8,46	0,87	92,70	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	130	7,45	5,28	33,49	211,25	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>640</i>	<i>15,77</i>	<i>16,96</i>	<i>64,79</i>	<i>487,35</i>	
Обед (2-я смена)	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.
	Гуляш из свинины	45/45	9,58	25,37	2,60	278,10	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПП
	Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	№338-2015г.
<i>Итого за обед</i>		<i>885</i>	<i>25,62</i>	<i>35,54</i>	<i>95,41</i>	<i>821,35</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Запеканка из творога с маслом сливочным	65/4	11,38	12,91	10,76	204,50	№223-2015г.
	<i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с маслом сливочным</i>	70/4	7,59	10,53	17,41	194,89	ТТК №23
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	<i>Итого за полдник</i>		<i>269</i>	<i>11,58</i>	<i>12,91</i>	<i>10,76</i>	<i>205,50</i>
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 146</i>	<i>42,80</i>	<i>45,01</i>	<i>104,28</i>	<i>1 009,45</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 154</i>	<i>37,20</i>	<i>48,45</i>	<i>106,18</i>	<i>1 026,85</i>	

День 3							
Завтрак (1-я смена)	Салат из белокочанной капусты с морковью*	70	0,92	2,27	4,53	42,28	№45-2015г.
	<i>или салат из свеклы отварной*</i>	60	0,84	3,61	4,96	55,68	№52-2015г.
	Филе минтая запечённое	90	15,84	5,58	3,42	127,80	ТТК №16
	<i>или филе горбуши запечённое</i>	100	23,50	9,90	3,80	198,50	ТТК №15
	Пюре картофельное	160	3,27	5,12	21,80	146,40	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	35	3,01	0,46	15,82	79,80	ПП
<i>Итого за завтрак</i>		<i>555</i>	<i>23,24</i>	<i>13,43</i>	<i>45,57</i>	<i>397,28</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Рассольник ленинградский со сметаной	200/4	1,72	4,67	9,73	92,28	№96-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	25	3,50	5,55	3,50	77,80	ТТК №26
	Каша рассыпчатая пшённая	100	4,40	3,82	25,26	153,00	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>559</i>	<i>12,40</i>	<i>14,43</i>	<i>52,04</i>	<i>392,48</i>	
Обед (2-я смена)	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,15	5,84	12,16	115,35	№96-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	100	14,00	22,20	14,00	311,20	ТТК №26
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,16	0,16	3,93	18,60	№342-2015г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>735</i>	<i>25,49</i>	<i>34,32</i>	<i>81,53</i>	<i>743,05</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с маслом	8/25	2,06	6,55	13,60	122,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	№338-2015г.
<i>Итого за полдник</i>		<i>383</i>	<i>2,86</i>	<i>7,15</i>	<i>28,30</i>	<i>194,30</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 114</i>	<i>35,64</i>	<i>27,86</i>	<i>97,61</i>	<i>789,76</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 118</i>	<i>28,35</i>	<i>41,47</i>	<i>109,83</i>	<i>937,35</i>	

День 4							
Завтрак (1-я смена)	Бутерброд с сыром мягким "Рикотта" с шоколадом	35/25	3,70	5,30	21,60	148,60	ТТК №110
	Гуляш из свинины	45/45	9,58	25,37	2,60	278,10	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПП
<i>Итого за завтрак</i>		<i>520</i>	<i>23,79</i>	<i>37,02</i>	<i>71,88</i>	<i>717,05</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Жаркое по-домашнему (свинина)	20/50	4,92	11,80	6,63	153,20	№259-2015г.
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) или овощи натуральные свежие (огурцы)	15	0,43	0,41	0,87	8,88	№306-2015г.
		40	0,28	0,04	0,76	4,80	№71-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>560</i>	<i>10,09</i>	<i>17,61</i>	<i>31,79</i>	<i>337,08</i>	
Обед (2-я смена)	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Жаркое по-домашнему (свинина)	60/150	14,76	35,40	19,90	459,60	№259-2015г.
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный) или овощи натуральные свежие (огурцы)	20	0,58	0,54	1,16	11,84	№306-2015г.
		50	0,35	0,05	0,95	6,00	№71-2015г.
	Напиток ягодный (из клубники) (без сахара)	200	0,10	0,00	1,64	7,00	ТТК №89
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>730</i>	<i>22,12</i>	<i>41,67</i>	<i>58,29</i>	<i>709,44</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПП
<i>Итого за полдник</i>		<i>180</i>	<i>5,04</i>	<i>5,76</i>	<i>5,76</i>	<i>97,20</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 080</i>	<i>33,88</i>	<i>54,64</i>	<i>103,68</i>	<i>1 054,13</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>910</i>	<i>27,16</i>	<i>47,43</i>	<i>64,05</i>	<i>806,64</i>	

День 5							
Завтрак (1-я смена)	Сыр "Российский" (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	№15-2015г.
	Котлета "Школьная" из свинины	90	11,88	25,56	14,22	333,00	ТТК №104
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за завтрак</i>		<i>500</i>	<i>30,22</i>	<i>40,89</i>	<i>66,42</i>	<i>755,35</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Сосиски отварные	25	2,75	5,98	0,10	65,25	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого на обед</i>		<i>645</i>	<i>10,93</i>	<i>15,49</i>	<i>51,76</i>	<i>399,20</i>	
Обед (2-я смена)	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Сосиски отварные	100	11,00	23,90	0,40	261,00	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная) или овощи натуральные свежие (помидоры)	15	0,31	0,44	1,47	11,04	№306-2015г.
		40	0,44	0,08	1,52	8,80	№71-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>765</i>	<i>22,07</i>	<i>34,25</i>	<i>67,09</i>	<i>674,39</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
<i>Итого за полдник</i>		<i>180</i>	<i>5,04</i>	<i>5,76</i>	<i>5,76</i>	<i>97,20</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 145</i>	<i>41,15</i>	<i>56,39</i>	<i>118,18</i>	<i>1 154,55</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>945</i>	<i>27,11</i>	<i>40,01</i>	<i>72,85</i>	<i>771,59</i>	

Неделя 2							
День 1							
Завтрак (1-я смена)	Омлет с колбасой с маслом сливочным	130/5	14,70	24,79	2,47	291,00	№212-2015г.
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Кофейный напиток с молоком (без сахара)	200	3,17	2,68	0,98	20,60	№379-2015г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПП
<i>Итого за завтрак</i>		<i>500</i>	<i>26,19</i>	<i>33,46</i>	<i>50,37</i>	<i>586,70</i>	
Завтрак (1-я смена) 2-й вариант	Яйцо варёное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№209-2015г.
	Колбаса отварная с маслом сливочным	60/7	7,74	67,60	0,99	200,40	№253-2015г.
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Кофейный напиток с молоком (без сахара)	200	3,17	2,68	0,98	20,60	№379-2015г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПП
<i>Итого за завтрак (2-й вариант)</i>		<i>482</i>	<i>24,73</i>	<i>80,93</i>	<i>51,43</i>	<i>570,50</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.
	Котлета из свинины	25	3,37	6,96	3,55	91,00	№268-2015г.
	Капуста припущенная	120	2,26	2,10	5,47	45,60	№136-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПП
<i>Итого на обед</i>		<i>635</i>	<i>14,76</i>	<i>14,85</i>	<i>43,63</i>	<i>377,05</i>	
Обед (2-я смена)	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.
	Котлета из свинины	100	13,48	27,82	14,18	364,00	№268-2015г.
	Капуста припущенная с маслом сливочным	200/10	3,84	10,75	4,69	142,00	№136-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>785</i>	<i>25,16</i>	<i>44,17</i>	<i>46,71</i>	<i>712,25</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с сыром	12/5/30	5,22	8,07	16,27	160,68	№3-2015г.
	Кофейный напиток с молоком (без сахара)	200	3,17	2,68	0,98	20,60	№379-2015г.
<i>Итого за полдник</i>		<i>247</i>	<i>8,39</i>	<i>10,74</i>	<i>17,24</i>	<i>181,28</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 135</i>	<i>40,94</i>	<i>48,30</i>	<i>94,00</i>	<i>963,75</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 032</i>	<i>33,55</i>	<i>54,91</i>	<i>63,95</i>	<i>893,53</i>	

День 2							
Завтрак (1-я смена)	Бутерброд с сыром	25/5/30	8,24	11,90	16,27	208,00	№3-2015г.
	Каша вязкая молочная (крупа пшённая) с маслом сливочным	200/5	8,16	6,97	40,03	256,00	№173-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Груша свежая (порция)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	№338-2015г
<i>Итого за завтрак</i>		<i>565</i>	<i>17,00</i>	<i>19,17</i>	<i>66,60</i>	<i>512,00</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Филе горбуши запечённое	25	5,88	2,48	0,95	49,63	ТТК №15
	Пюре картофельное	110	2,25	3,52	14,99	100,65	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>615</i>	<i>13,29</i>	<i>11,46</i>	<i>42,49</i>	<i>336,68</i>	
Обед (2-я смена)	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Филе горбуши запечённое	90	21,15	8,91	3,42	178,65	ТТК №15
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>740</i>	<i>31,10</i>	<i>19,44</i>	<i>59,45</i>	<i>547,90</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с маслом	7/25	2,06	5,83	13,59	116,20	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Груша свежая (порция)	75	0,30	0,23	7,73	35,25	№338-2015г
<i>Итого за полдник</i>		<i>307</i>	<i>2,56</i>	<i>6,05</i>	<i>21,32</i>	<i>152,45</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 180</i>	<i>30,29</i>	<i>30,63</i>	<i>109,09</i>	<i>848,68</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 047</i>	<i>33,66</i>	<i>25,49</i>	<i>80,77</i>	<i>700,35</i>	

День 3							
Завтрак (1-я смена)	Жаркое по-домашнему (свинина)	50/125	12,30	29,50	16,58	383,00	№259-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
	Апельсин свежий (порция)	130	1,17	0,26	10,53	55,90	№338-2015г.
	<i>или фрукт свежий (мандарин)</i>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	№338-2015г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>530</i>	<i>15,82</i>	<i>30,09</i>	<i>38,41</i>	<i>496,90</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Сосиски отварные	25	2,75	5,98	0,10	65,25	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая пшённая	120	5,28	4,58	30,31	183,60	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>620</i>	<i>12,18</i>	<i>15,80</i>	<i>52,64</i>	<i>410,60</i>	
Обед (2-я смена)	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Сосиски отварные	100	11,00	23,90	0,40	261,00	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	10	0,29	0,27	0,58	5,92	№306-2015г.
	<i>или овощи натуральные свежие (огурцы)</i>	20	0,14	0,02	0,38	2,40	№71-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>760</i>	<i>24,19</i>	<i>35,47</i>	<i>72,39</i>	<i>715,17</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с сыром	24/5/25	7,61	11,46	13,57	190,36	№3-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за полдник</i>		<i>254</i>	<i>7,81</i>	<i>11,46</i>	<i>13,57</i>	<i>191,36</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 150</i>	<i>28,00</i>	<i>45,89</i>	<i>91,05</i>	<i>907,50</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 014</i>	<i>32,00</i>	<i>46,92</i>	<i>85,96</i>	<i>906,53</i>	

День 4							
Завтрак (1-я смена)	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	№71-2015г.
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	90	13,70	19,98	13,79	289,80	№295-2015г.
	Капуста припущенная	200	3,76	3,50	4,56	76,00	№136-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за завтрак</i>		<i>575</i>	<i>20,23</i>	<i>23,87</i>	<i>30,79</i>	<i>431,00</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.
	Гуляш из свинины	15/15	3,19	8,46	0,87	92,70	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	120	6,88	4,87	30,91	195,00	№305-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>610</i>	<i>14,87</i>	<i>18,81</i>	<i>57,32</i>	<i>464,35</i>	
Обед (2-я смена)	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.
	Гуляш из свинины	60/60	12,77	33,83	3,47	370,80	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№305-2015г.
	Напиток лимонный (без сахара)	200	0,10	0,00	1,25	5,40	№699-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>750</i>	<i>26,06</i>	<i>45,40</i>	<i>68,90</i>	<i>795,60</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
<i>Итого за полдник</i>		<i>180</i>	<i>5,04</i>	<i>5,76</i>	<i>5,76</i>	<i>97,20</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 185</i>	<i>35,10</i>	<i>42,68</i>	<i>88,11</i>	<i>895,35</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>930</i>	<i>31,10</i>	<i>51,16</i>	<i>74,66</i>	<i>892,80</i>	

День 5							
Завтрак (1-я смена)	Филе цыплёнка тушёное	50/50	15,60	8,40	3,30	151,20	ТТК №48
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за завтрак</i>		<i>455</i>	<i>27,25</i>	<i>18,82</i>	<i>52,05</i>	<i>489,00</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	71,80	№88-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	25	3,50	5,55	3,50	77,80	ТТК №26
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>615</i>	<i>9,28</i>	<i>13,61</i>	<i>35,21</i>	<i>306,00</i>	
Обед (2-я смена)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	90	12,60	19,98	12,60	280,08	ТТК №26
	Пюре картофельное	170	3,47	5,44	23,16	155,55	№312-2015г.
	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,16	0,16	3,93	18,60	№342-2015г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>760</i>	<i>22,30</i>	<i>31,18</i>	<i>70,19</i>	<i>657,98</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
<i>Итого за полдник</i>		<i>180</i>	<i>5,04</i>	<i>5,76</i>	<i>5,76</i>	<i>97,20</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 070</i>	<i>36,53</i>	<i>32,44</i>	<i>87,26</i>	<i>795,00</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>940</i>	<i>27,34</i>	<i>36,94</i>	<i>75,95</i>	<i>755,18</i>	

Неделя 3							
День 1							
Завтрак (1-я смена)	Сосиски отварные	100	11,00	23,90	0,40	261,00	№243-2015г.
	Капуста припущенная с маслом сливочным	200/5	3,80	7,13	6,63	109,00	№136-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПП
<i>Итого за завтрак</i>		<i>535</i>	<i>17,58</i>	<i>31,42</i>	<i>20,59</i>	<i>439,40</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.
	Филе цыплёнка запечённое	20	6,88	1,52	2,64	51,66	ТТК №18
	Каша рассыпчатая пшённая	100	4,40	3,82	25,26	153,00	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>590</i>	<i>15,54</i>	<i>8,43</i>	<i>53,81</i>	<i>365,26</i>	
Обед (2-я смена)	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.
	Филе цыплёнка запечённое	80	27,52	6,08	10,56	206,64	ТТК №18
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>720</i>	<i>40,10</i>	<i>15,15</i>	<i>83,39</i>	<i>642,34</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с сыром	24/5/25	7,61	11,46	13,57	190,36	№3-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за полдник</i>		<i>254</i>	<i>7,81</i>	<i>11,46</i>	<i>13,57</i>	<i>191,36</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 125</i>	<i>33,12</i>	<i>39,85</i>	<i>74,40</i>	<i>804,66</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>974</i>	<i>47,91</i>	<i>26,61</i>	<i>96,96</i>	<i>833,70</i>	

День 2							
Завтрак (1-я смена)	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	№71-2015г.
	Котлета из свинины	90	12,13	25,04	12,76	327,60	№268-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПП
<i>Итого за завтрак</i>		<i>525</i>	<i>19,60</i>	<i>29,82</i>	<i>58,03</i>	<i>582,40</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Филе цыпленка тушеное	20/20	6,24	3,36	1,32	60,48	ТТК №48
	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,50	№305-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>610</i>	<i>15,69</i>	<i>12,60</i>	<i>47,05</i>	<i>373,33</i>	
Обед (2-я смена)	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Филе цыпленка тушеное	45/45	14,04	7,56	2,97	136,08	ТТК №48
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№305-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПП
	Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	№338-2015г.
<i>Итого за обед</i>		<i>890</i>	<i>29,54</i>	<i>19,82</i>	<i>89,84</i>	<i>669,08</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Бутерброд с сыром	12/3/20	4,41	6,32	10,84	119,48	№3-2015г.
	Какао с молоком и витаминами (без сахара)	200	3,90	3,10	5,64	65,00	№502-2021г.
<i>Итого за полдник</i>		<i>235</i>	<i>8,31</i>	<i>9,42</i>	<i>16,48</i>	<i>184,48</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 135</i>	<i>35,29</i>	<i>42,42</i>	<i>105,08</i>	<i>955,73</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 125</i>	<i>37,85</i>	<i>29,24</i>	<i>106,32</i>	<i>853,56</i>	

День 3							
Завтрак (1-я смена)	Запеканка из творога с маслом сливочным	150/6	26,24	27,45	24,80	450,60	№223-2015г.
	<i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с маслом сливочным</i>	150/8	16,26	22,15	37,30	413,85	ТТК №23
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	№338-2015г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>506</i>	<i>27,04</i>	<i>28,05</i>	<i>39,50</i>	<i>522,10</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	20	3,04	4,44	3,06	64,40	№295-2015г.
	Пюре картофельное	110	2,25	3,52	14,99	100,65	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>605</i>	<i>9,66</i>	<i>13,38</i>	<i>41,33</i>	<i>330,30</i>	
Обед (2-я смена)	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	90	13,70	19,98	13,79	289,80	№295-2015г.
	Пюре картофельное	170	3,47	5,44	23,16	155,55	№312-2015г.
	Напиток лимонный (без сахара)	200	0,10	0,00	1,25	5,40	№699-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПП
<i>Итого за обед</i>		<i>760</i>	<i>23,59</i>	<i>31,16</i>	<i>72,78</i>	<i>672,00</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Запеканка из творога с маслом сливочным	65/4	11,38	12,91	10,76	204,50	№223-2015г.
	<i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с маслом сливочным</i>	70/4	7,59	10,53	17,41	194,89	ТТК №23
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	<i>Итого за полдник</i>		<i>269</i>	<i>11,58</i>	<i>12,91</i>	<i>10,76</i>	<i>205,50</i>
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 111</i>	<i>37</i>	<i>41</i>	<i>81</i>	<i>852</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>1 029</i>	<i>35,17</i>	<i>44,07</i>	<i>83,54</i>	<i>877,50</i>	

День 4							
Завтрак (1-я смена)	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	90	12,60	19,98	12,60	280,08	ТТК №26
	Капуста припущенная с маслом сливочным	200/7	3,82	8,58	4,65	122,20	№136-2015г
	Напиток ягодный (из клубники) (без сахара)	200	0,10	0,00	1,64	7,00	ТТК №89
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за завтрак</i>		<i>522</i>	<i>18,67</i>	<i>28,88</i>	<i>30,19</i>	<i>466,28</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Сосиски отварные	25	2,75	5,98	0,10	65,25	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	10	0,29	0,27	0,58	5,92	№306-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>665</i>	<i>12,66</i>	<i>16,05</i>	<i>58,92</i>	<i>441,17</i>	
Обед (2-я смена)	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Сосиски отварные	100	11,00	23,90	0,40	261,00	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	25	0,72	0,68	1,45	14,80	№306-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>755</i>	<i>21,34</i>	<i>34,39</i>	<i>60,09</i>	<i>645,80</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
<i>Итого за полдник</i>		<i>180</i>	<i>5,04</i>	<i>5,76</i>	<i>5,76</i>	<i>97,20</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 187</i>	<i>31,33</i>	<i>44,93</i>	<i>89,11</i>	<i>907,45</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>935</i>	<i>26,38</i>	<i>40,15</i>	<i>65,85</i>	<i>743,00</i>	

День 5							
Завтрак (1-я смена)	Гуляш из свинины	45/45	9,58	25,37	2,60	278,10	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№302-2015г.
	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за завтрак</i>		<i>450</i>	<i>25,79</i>	<i>37,61</i>	<i>60,56</i>	<i>687,45</i>	
Обед для 1-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины	25	2,97	4,13	4,20	65,90	ТТК №25
	Картофель тушёный подомашнему	115	1,96	4,03	14,72	102,81	ТТК №13
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
		<i>615</i>	<i>9,04</i>	<i>13,43</i>	<i>38,12</i>	<i>316,46</i>	
Обед (2-я смена)	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины	100	11,87	16,53	16,80	263,60	ТТК №25
	Картофель тушёный подомашнему	180	3,06	6,30	23,04	160,92	ТТК №13
	Напиток ягодный (из клубники) (без сахара)	200	0,10	0,00	1,64	7,00	ТТК №89
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>780</i>	<i>21,09</i>	<i>28,43</i>	<i>71,98</i>	<i>635,27</i>	
Полдник для 2-й смены (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)	Кисломолочный напиток "Бифитончик"	180	5,04	5,76	5,76	97,20	ПР
<i>Итого за полдник</i>		<i>180</i>	<i>5,04</i>	<i>5,76</i>	<i>5,76</i>	<i>97,20</i>	
<i>Итого за день (1-я смена)</i>		<i>1 065</i>	<i>34,83</i>	<i>51,05</i>	<i>98,69</i>	<i>1 003,91</i>	
<i>Итого за день (2-я смена)</i>		<i>960</i>	<i>26,13</i>	<i>34,19</i>	<i>77,74</i>	<i>732,47</i>	
Среднее значение за период (1-я смена)		1 135	35,11	43,13	94,66	918,83	
Среднее значение за период (2-я смена)		1 015	32,42	39,85	84,61	838,57	

*для исполнения норм Методических рекомендаций к организации общественного питания населения п.7.2.13 МР 2.3.6.0233-21 в общеобразовательных организациях с 1 марта приготовление салатов и холодных закусок из сырых овощей допускается только из овощей нового урожая; овощи прошлогоднего урожая могут использоваться после прохождения тепловой обработки.

Составлено на основании:

- Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я.Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.;
- Сборника технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.;
- Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов: Справочник / В. А. Тутельян. – М.: ДеЛи плюс, 2012. – 284 с.;
- Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004. – 640 с.;
- Техничко-технологических карт на разработанные блюда.

Утверждено

генеральным директором

АО «Государственный комбинат питания»

Г.А.Пановым



Согласовано

директором

школы (лицея, гимназии) № _____

(фамилия, имя, отчество)

(подпись)

М.П.

**Примерное 15-дневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
для учащихся 5-11 кл с сахарным диабетом (льготная категория ОВЗ и/или дети-
инвалиды) в общеобразовательных учреждениях г.Брянска
на период 2024-2025 учебного года**

Дата подписания « 30 » августа 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12-18 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Биточки рыбные "Диетические" (из минтая)	40	5,87	3,09	6,40	77,33	ТТК №103
	Каша рассыпчатая перловая	120	3,57	3,47	25,35	146,88	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
	<i>Итого за обед</i>	<i>640</i>	<i>13,98</i>	<i>11,90</i>	<i>53,21</i>	<i>383,36</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>858</i>	<i>15,40</i>	<i>14,53</i>	<i>61,35</i>	<i>446,16</i>	
День 2							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.
	Гуляш из свинины	20/20	4,26	11,28	1,16	123,60	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,50	№302-2015гг
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
	<i>Итого за обед</i>	<i>620</i>	<i>15,11</i>	<i>18,56</i>	<i>57,35</i>	<i>469,50</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>838</i>	<i>16,53</i>	<i>21,18</i>	<i>65,49</i>	<i>532,30</i>	
День 3							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,15	5,84	12,16	115,35	№96-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	25	3,50	5,55	3,50	77,80	ТТК №26
	Каша рассыпчатая пшённая	130	5,72	4,96	32,83	198,90	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
	<i>Итого за обед</i>	<i>640</i>	<i>14,15</i>	<i>16,74</i>	<i>62,05</i>	<i>461,45</i>	
	<i>Итого за день</i>	<i>858</i>	<i>15,57</i>	<i>19,37</i>	<i>70,19</i>	<i>524,25</i>	

День 4							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Жаркое по-домашнему (свинина)	30/75	3,69	8,85	4,97	114,90	№259-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,20	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>570</i>	<i>7,57</i>	<i>14,12</i>	<i>24,75</i>	<i>267,10</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>788</i>	<i>8,99</i>	<i>16,75</i>	<i>32,89</i>	<i>329,90</i>	
День 5							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Сосиски отварные	30	3,30	7,17	0,12	78,30	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>650</i>	<i>11,48</i>	<i>16,69</i>	<i>51,78</i>	<i>412,25</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>868</i>	<i>12,90</i>	<i>19,31</i>	<i>59,92</i>	<i>475,05</i>	

Неделя 2							
День 1							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.
	Котлета из свинины	25	3,37	6,96	3,55	91,00	№268-2015г.
	Капуста припущенная	150	2,82	2,63	6,84	57,00	№136-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>665</i>	<i>15,32</i>	<i>15,37</i>	<i>45,00</i>	<i>388,45</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>883</i>	<i>16,74</i>	<i>18,00</i>	<i>53,14</i>	<i>451,25</i>	
День 2							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Филе горбуши запечённое	25	5,88	2,48	0,95	49,63	ТТК №15
	Пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,71	118,95	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>635</i>	<i>13,70</i>	<i>12,10</i>	<i>45,22</i>	<i>354,98</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>853</i>	<i>15,12</i>	<i>14,73</i>	<i>53,36</i>	<i>417,78</i>	
День 3							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Сосиски отварные	25	2,75	5,98	0,10	65,25	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>665</i>	<i>14,79</i>	<i>17,14</i>	<i>67,00</i>	<i>490,70</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>883</i>	<i>16,22</i>	<i>19,77</i>	<i>75,13</i>	<i>553,50</i>	
День 4							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.
	Гуляш из свинины	15/15	3,19	8,46	0,87	92,70	№260-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№305-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>660</i>	<i>16,59</i>	<i>20,03</i>	<i>65,05</i>	<i>513,10</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>878</i>	<i>18,01</i>	<i>22,66</i>	<i>73,19</i>	<i>575,90</i>	

День 5							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	25	3,50	5,55	3,50	77,80	ТТК №26
	Пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,10	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>635</i>	<i>10,05</i>	<i>15,24</i>	<i>39,52</i>	<i>342,25</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>853</i>	<i>11,47</i>	<i>17,87</i>	<i>47,66</i>	<i>405,05</i>	

Неделя 3							
День 1							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.
	Филе цыплёнка запечённое	20	6,88	1,52	2,64	51,66	ТТК №18
	Каша рассыпчатая пшённая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>640</i>	<i>17,74</i>	<i>10,33</i>	<i>66,43</i>	<i>441,76</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>858</i>	<i>19,17</i>	<i>12,96</i>	<i>74,57</i>	<i>504,56</i>	
День 2							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	№82-2015г.
	Филе цыплёнка тушёное	20/20	6,24	3,36	1,32	60,48	ТТК №48
	Каша рассыпчатая гречневая	140	8,02	5,69	36,07	227,50	№305-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>650</i>	<i>17,99</i>	<i>14,23</i>	<i>57,36</i>	<i>438,33</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>868</i>	<i>19,41</i>	<i>16,85</i>	<i>65,50</i>	<i>501,13</i>	
День 3							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	20	3,04	4,44	3,06	64,40	№295-2015г.
	Пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,10	№312-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>635</i>	<i>10,27</i>	<i>14,34</i>	<i>45,42</i>	<i>357,75</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>853</i>	<i>11,70</i>	<i>16,96</i>	<i>53,56</i>	<i>420,55</i>	
День 4							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.
	Сосиски отварные	35	3,85	8,37	0,14	91,35	№243-2015г.
	Каша рассыпчатая перловая	150	4,46	4,34	31,69	183,60	№302-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>655</i>	<i>12,61</i>	<i>18,04</i>	<i>53,86</i>	<i>438,55</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>873</i>	<i>14,04</i>	<i>20,67</i>	<i>62,00</i>	<i>501,35</i>	

День 5							
Завтрак	Бутерброд с маслом	3/15	1,22	2,63	8,14	61,80	№1-2015г.
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
<i>Итого за завтрак</i>		<i>218</i>	<i>1,42</i>	<i>2,63</i>	<i>8,14</i>	<i>62,80</i>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	№88-2015г.
	Котлета "Дальневосточная" из минтая и свинины	25	2,97	4,13	4,20	65,90	ТТК №25
	Картофель тушёный по-домашнему	140	2,38	4,90	17,92	125,16	ТТК №13
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за обед</i>		<i>640</i>	<i>9,46</i>	<i>14,31</i>	<i>41,32</i>	<i>338,81</i>	
<i>Итого за день</i>		<i>858</i>	<i>10,89</i>	<i>16,93</i>	<i>49,46</i>	<i>401,61</i>	
Среднее значение за период		858	14,81	17,90	59,83	469,36	

*для исполнения норм Методических рекомендаций к организации общественного питания населения п.7.2.13 МР 2.3.6.0233-21 в общеобразовательных организациях с 1 марта приготовление салатов и холодных закусок из сырых овощей допускается только из овощей нового урожая; овощи прошлогоднего урожая могут использоваться после прохождения тепловой обработки.

Составлено на основании:

- Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я.Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.;
- Сборника технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.;
- Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов: Справочник / В. А. Тутельян. – М.: ДеЛи плюс, 2012. – 284 с.;
- Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004. – 640 с.;
- Техничко-технологических карт на разработанные блюда.