

Разработано в ООО «Раздолье-Общепит»

Утверждаю _____

Директор ООО «Раздолье-Общепит»



О.Ю. Егурацова

М.П.

17.02.2023 г.

Согласовано _____



Е.В. Безуглов

М.П.

Меню приготавливаемых блюд

(основное)

для питания детей с ОВЗ (с 12 лет)

Составлено на основании:

- сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Авторы: Могильный М.П., Тутельян В.А.. 2011 г.
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Авторы: Могильный М.П., Тутельян В.А.. 2012 г.
- Рецептура блюд для детских учреждений (под редакцией Плотниковой Т.В.2013 г.)
- технико-технологических карт, разработанных в ООО «Раздолье-Общепит»

2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1 понедельник		грамм					
Завтрак 1-я смена	Бутерброд с маслом	35	1,88	7,98	12,86	132,20	ТТК 35
	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"	250	9,62	10,43	42,40	304,13	ТТК 20
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	368**
	Какао с молоком и витаминами "Витошка"	180	3,51	2,79	22,64	130,50	Тк 15
Итого за завтрак		635	19,2	22,18	113,66	743,23	
2-й завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	пром
итого:		835	19,24	22,18	136,06	833,23	

Неделя 1 День 2 вторник		грамм					
Завтрак 1-я смена	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,25	5,74	67,62	40*
	Плов из птицы	250	20,13	13,59	51,65	412,16	ТТК 30
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00	Тк 4
Итого за завтрак		560	25,5	18,34	105,39	694,78	
2-й завтрак	Печенье сахарное	50	3,56	6,10	19,30	225,50	пром
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,61	46,98	ТТК 28
итого:		790	29,26	24,44	136,3	967,26	

Неделя 1 День 3 среда		грамм					
Завтрак 1-я смена	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,44	75,06	67*
	Картофельное пюре	200	4,13	7,99	26,26	194,40	ТТК 25
	Котлетка "Аппетитка" с соусом томатным	100	10,47	6,21	13,69	152,21	ТТК 6
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	27,02	108,73	ТТК 33
Итого за завтрак		610	19,7	20,72	95,41	650,4	
2-й завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	пром
итого:		810	19,67	20,72	117,8	740,4	

Неделя 1 День 4 четверг		грамм					
Завтрак 1-я смена	Сыр российский (порциями)	20	5,23	6,08	0,00	70,80	15*
	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,28	7,69	50,05	304,05	ТТК 23
	Поджарка мясная	100	9,77	13,90	9,94	134,23	ТТК 70
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	13,10	53,30	ТТК 29
Итого за завтрак		570	26,3	28,17	97,09	682,38	
2-й завтрак	Печенье сахарное	50	3,56	6,10	19,30	225,50	пром
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,61	46,98	ТТК 28
итого:		750	26,51	28,17	108,70	729,36	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак 1-я смена	Бутерброд с маслом	35	1,88	7,98	12,86	132,20	ТТК 35
	Каша гречневая вязкая с маслом	180	7,32	8,25	31,80	231,49	ТТК24
	Тефтели "Лукоморье" в соусе	100	10,29	6,10	9,30	139,79	ТТК 21
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,25	0,75	21,50	110,00	пром
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,90	52,20	ТТК 28
Итого за завтрак		565	22,9	23,08	88,36	665,68	
2-й завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	пром
итого:		765	22,94	23,08	110,76	755,68	

Неделя 1 День 6 суббота		грамм					
Завтрак	Булочка творожная	70	5,07	8,02	29,30	193,00	пром
	Каша молочная манная с маслом	250	6,92	8,59	31,13	226,13	ТТК 42
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Кофейный напиток с молоком	200	5,60	4,45	20,35	146,33	ТТК 26
Итого за завтрак		570	21,3	21,56	104,78	685,46	
2-й завтрак	Печенье сахарное	50	3,56	6,10	19,30	225,50	пром
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,61	46,98	ТТК 28
итого:		750	21,52	21,56	116,39	732,44	

Неделя 2 День 1 понедельник		грамм					
Завтрак 1-я смена	Сыр российский (порциями)	20	5,23	6,08	0,00	70,80	15*
	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	250	10,39	11,68	41,29	316,00	ТТК 21
	Печенье "Нарезное"	35	2,35	2,64	25,22	116,05	пром
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,90	52,20	ТТК 28
Итого за завтрак		555	21,9	20,90	103,41	675,05	
2-й завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	пром
итого:		755	21,92	20,90	125,81	765,05	

Неделя 2 День 2 вторник		грамм					
Завтрак 1-я смена	фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	368**
	Каша гречневая вязкая с маслом	180	7,32	8,25	31,80	231,49	ТТК24
	"Ежики" мясные в соусе	100	8,47	6,24	8,65	125,09	ТТК 22
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Какао с молоком и витаминами "Витошка"	180	3,51	2,79	22,64	130,50	Тк 15
Итого за завтрак		630	23,5	18,26	98,85	663,48	
2-й завтрак	Печенье сахарное	50	3,56	6,10	19,30	225,50	пром
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,61	46,98	ТТК 28
итого:		810	23,71	18,26	110,46	710,46	

Сезон: весна 2022-23 уч.г.

Для питания детей с ОВЗ с 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 3 среда		грамм					
Завтрак 1-я смена	Рагу из овощей	205	10,76	14,59	17,20	284,00	143*
	Шницель "Домашний" с соусом томатным	100	8,18	13,14	11,04	195,54	ТТК 20
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00	Тк 4
Итого за завтрак		555	22,69	28,23	76,24	694,54	
2-й завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	пром
итого:		755	22,69	28,23	98,64	784,54	

Неделя 2 День 4 четверг		грамм					
Завтрак 1-я смена	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	5,47	4,38	53,74	53*
	Плов с мясом	250	18,85	16,23	64,18	481,18	ТТК 72
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	13,10	53,30	ТТК 29
Итого за завтрак		560	23,9	22,20	105,66	708,22	
2-й завтрак	Печенье сахарное	50	3,56	6,10	19,30	225,50	пром
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,61	46,98	ТТК 28
итого:		790	27,62	28,30	136,57	980,70	

Неделя 2 День 5 пятница		грамм					
Завтрак 1-я смена	фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	368**
	Макаронные изделия отварные	200	7,28	7,69	50,05	304,05	ТТК 23
	Птица, тушенная в соусе	100	11,67	13,78	5,64	190,44	ТТК 31
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,45	12,90	66,00	пром
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,48	0,00	27,02	108,70	ТТК 33
Итого за завтрак		650	21,9	22,40	107,37	725,59	
2-й завтрак	Сок в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,40	90,00	пром
итого:		850	21,86	22,40	129,77	815,59	

Неделя 2 День 6 суббота		грамм					
Завтрак	Пирожок печеный с повидлом	70	4,69	3,71	44,17	224,20	пром
	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	250	8,72	9,99	43,65	298,75	ТТК 22
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,00	120,00	пром
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,90	52,20	ТТК 28
Итого за завтрак		570	17,4	14,20	124,72	695,15	
2-й завтрак	Печенье сахарное	50	3,56	6,10	19,30	225,50	пром
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,61	46,98	ТТК 28
итого:		750	17,54	14,20	136,33	742,13	