

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)
Рацион: меню ОВЗ

День: пятница
Неделя: 1
Возраст: 7-11;

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	12	13	14	15
Завтрак 1										
№499.02 с6 2017	Котлеты рубленые из птицы 3	70	11.00	15.00	12.00	224.60	34.00	28.00	19.00	1.00
№64 с6 2017	Салат из свежей капусты	40	1.00	2.00	4.00	37.20	23.00	16.00	8.00	0.00
№302 с6 2017	Каша пшеничная	150	5.66	0.67	31.92	149.97	1.00	37.00	9.00	0.86
№13105 с6 2017	Хлеб 1	40	3.80	2.36	23.55	125.93	11.00	37.00	14.50	0.69
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	200/15	0.00	0.00	15.00	57.00	12.00	4.00	4.00	0.00
Итого за Завтрак 1			21,46	20,03	86,47	594,70	81,00	122,00	54,50	2,55
Обед										
№33.01 с6 2017	Суп- лапша 2	200/60	15.00	14.00	25.00	281.00	29.00	68.00	24.00	1.00
№438.01 с6 2017	Мясо тушеное	70	16.00	10.00	7.00	180.60	12.00	125.00	19.00	2.00
№332 с6 2017	Макаронные изделия отварные	100	4.00	4.00	19.00	124.20	14.00	101.00	68.00	2.00
№713 с6 2017	Чай	200	0.00	0.00	14.00	53.20	5.00	8.00	4.00	1.00
№13105 с6 2017	Хлеб	40	3.80	2.36	23.55	125.93	7.00	40.00	11.00	1.00
№13049 с6 2017	овощи по сезону	30	0.00	0.00	0.00	0.00	2.00	2.00	2.00	0.00
Итого за Обед			38,80	30,36	88,55	764,93	69,00	344,00	128,00	7,00
Итого за день			60,26	50,39	175,02	1359,63	150,00	466,00	182,50	9,55

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат: 00000011121307002015407646145313182202372991
Подписан: Губина Анастасия Ивановна
Действителен: с 01.08.2022 по 01.08.2023

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)
Рацион: меню ОВЗ

День: понедельник
Неделя: 2
Возраст: 7-11;

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	12	13	14	15
Завтрак 1										
№291 с6 2017	Плов из птицы 1	130	13.00	15.00	24.00	278.20	15.00	56.00	31.00	1.00
№183 с6 2017	Салат из моркови с растительным	60	0.84	0.12	40.40	157.96	0.00	0.00	10.40	0.00
№13105 с6 2017	Хлеб 1	40	3.80	2.36	23.55	125.93	11.00	37.00	14.50	0.69
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	200/15	0.00	0.00	15.00	57.00	12.00	4.00	4.00	0.00
Итого за Завтрак 1			17,64	17,48	102,95	619,09	38,00	97,00	59,90	1,69
Обед										
№160 с6 2017	Суп картофельный с рисом	200	6.00	7.00	18.00	155.40	30.00	71.00	29.00	2.00
№243 с6 2017	Сосиска отварная	110	13.09	17.45	19.60	283.89	17.45	149.40	26.18	2.20
№312.02 с6 2017	Пюре картофельное	120	6.00	7.00	33.00	212.40	15.00	48.00	9.00	1.00
№64 с6 2017	Салат из свежей капусты	30	1.00	4.55	4.55	62.24	25.00	32.00	15.00	1.00
№ 13138 с6 2017	Сок фруктовый	200	0.00	0.00	23.00	87.40	16.00	14.00	10.00	0.00
№13105 с6 2017	Хлеб	40	3.80	2.36	23.55	125.93	7.00	40.00	11.00	1.00
Итого за Обед			29,89	38,36	121,70	927,26	110,45	354,40	100,18	7,20
Итого за день			47,53	55,84	224,65	1546,35	148,45	451,40	160,08	8,89

Рацион: меню ОВЗ

День: вторник
Неделя: 2
Возраст: 7-11;

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	12	13	14	15
Завтрак 1										
№13034 с6 2017	Сыр	20	5.00	5.00	0.00	65.00	200.00	0.00	9.00	0.00
№181 с6 2017	Каша жидкая молочная из манной	150	4.00	8.00	29.00	198.20	90.00	81.00	14.00	0.00
№13105 с6 2017	Хлеб 1	40	3.80	2.36	23.55	125.93	11.00	37.00	14.50	0.69
№382 с6 2017	Какао с молоком 1	200	3.00	3.00	28.00	145.40	140.00	90.00	15.00	0.00
Итого за Завтрак 1			15,80	18,36	80,55	534,53	430,00	171,00	38,00	0,00
Обед										
№133 с6 2017	Борщ с капустой и картофелем	200	5.00	7.00	14.00	136.20	34.00	42.00	20.00	1.00
№340 с6 2017	Рыба тушеная с овощами	100	28.00	12.00	10.00	258.00	16.00	19.00	10.00	1.00
№312.02 с6 2017	Пюре картофельное	120	6.00	7.00	33.00	212.40	36.00	78.00	26.00	1.00
№13204 с6 2017	овощи по сезону	20	1.00	0.00	1.40	9.32	5.00	16.00	5.00	0.00
№644 с6 2017	Чай	200	1.00	0.00	30.00	118.00	12.00	4.00	4.00	0.00
№13105 с6 2017	Хлеб	40	3.80	2.36	23.55	125.93	7.00	40.00	11.00	1.00
Итого за Обед			44,80	28,36	111,95	859,85	110,00	199,00	76,00	4,00
Итого за день			60,60	46,72	192,50	1394,38	540,00	370,00	114,00	4,00

Рацион: меню ОВЗ

День: среда
Неделя: 2
Возраст: 7-11;

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	12	13	14	15
Завтрак 1										
№733 с6 2017	Оладьи с молоком сгущенным	100/30	13	11	27	293	132.00	172.00	27.00	1.00
№376 с6 2017	Чай с сахаром 2	200/15	0.00	0.00	15.00	57	11.00	37.00	14.50	0.69
Итого за Завтрак 1			13,00	11,00	42,00	349,60	143,00	209,00	41,50	1,69
Обед										
№163 с6 2017	Суп картофельный с макаронными	200	4.00	4.00	19.00	124.20	17.00	52.00	21.00	1.00
№13140.01 с6 2017	Жаркое по-домашнему свинина	120	13.00	16.00	24.00	287.20	31.00	191.00	47.00	3.00
№13049 с6 2017	овощи по сезону	20	0.00	0.00	0.00	0.00	3.00	3.00	2.00	0.00
№713 с6 2017	Чай	200	0.00	0.00	14.00	53.20	5.00	8.00	4.00	1.00
№13105 с6 2017	Хлеб	40	3.80	2.36	23.55	125.93	7.00	40.00	11.00	1.00
Итого за Обед			20,80	22,36	80,55	590,53	63,00	294,00	85,00	6,00
Итого за день			33,80	33,36	122,55	940,13	206,00	503,00	126,50	7,69