



Утверждаю: ИП Щеглова О.А.

Примерное 15 дневное Меню

На питание учащихся с ограниченными возможностями и детей инвалидов

Сезон:осенне-зимний

01.09.2024r

День 2

ТК№36	бутерброд с сыром	40	40	12,40	4,49	5,73	12,83	235,13
ТК№15	чай с сахаром	200/15	200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
ТК№11	Пельмени отварные п/ф	180/20	180/20	66,77	10,60	12,64	27,60	232,00
УД. качества	Хлеб пшеничный в/с	60	60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№14	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90

[illegible]

День 3

Сезон: зима-весенний

[illegible]

День 4

Сезон: зимне-весенний

ТК№1		бүтерброд с маслом	40		40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
ТК№14		чай с сахаром и лимоном	200/15/7		200/15/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
ТК№10		Плов из птицы (куриное филе)	200/50		200/50	60,00	11,85	14,30	38,20	443,00
Качест удост		хлеб ржаной	60		60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№14		чай с сахаром и лимоном	200/15/7		200/15/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:							17,29	18,17	83,04	
Итого:						95,00				756,42

День 5

Сезон: зимний - весенний

[illegible]

TKN№14	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
TKN№4	Каша молочная с масл.сл.(манная)	200/15	200/15	41,90	4,80	5,20	3,08	228,21
ТТК№1	блин с начинкой (клубника/яблоко)	100	100	26,70	3,00	5,00	29,00	190,00
удост качества	хлеб пшеничный в/с	30	30	3,60	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№14	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:				95,00	16,57	17,21	83,43	837,66
Итого:								

День 6

Сезон: зимне-весенний

TKN№1	бутерброд с маслом	40	40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
TKN№15	чай с сахаром	200/15	200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
ТТК№3	Котлета домашняя п/ф	100	100	50,40	3,87	6,02	9,23	235,00
TKN№7	Макаронны отварные	160	160	13,14	5,30	5,50	20,70	202,00
Качест удост	Хлеб ржаной	60	60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№15	чай с сахаром	200/15	200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
Итого БЖУ:				95,00	14,41	15,39	74,37	748,22
Итого								

День 7

Сезон: зимний-весенний

TKN№1	бутерброд с маслом	40	40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
TKN№15	чай с сахаром	200/15	200/15	4,00	0,20	0,00	6,50	26,80
TKN№5	Каша молочная с маслом сл.(пшеничная)	200/11	200/11	38,10	6,30	6,41	2,33	288,00

ТТК№1	Блин с начинкой (клубника/яблоко)	100	100	26,70	3,00	5,00	29,00	190,00
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	30	30	3,60	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№14	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:				14,64	14,64	15,28	75,97	790,32
Итого				95,00				

День 8

Сезон: зимний-весенний

ТК№36	бутерброд с сыром	40	40	12,40	4,49	5,73	12,83	235,13
ТК№15	чай с сахаром	200/15	200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
ТК№13	Вареники отварные со сметаной п/ф(картофель/творог)	200/25	200/25	66,77	11,72	14,82	35,58	370,00
удост качества	хлеб пшеничный в/с	60	60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№14	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:				95,00	20,39	21,83	86,73	788,35
Итого				95,00				

День 9

Сезон: зимне-весенний

ТК№1	бутерброд с маслом	40	40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
ТК№14	чай с сахаром и лимоном	200/15/6	200/15/6	5,10	4,60	4,40	12,50	107,20
ТК№6	Каша "Дружба"	200/11	200/11	37,00	5,21	5,50	4,13	201,00
ТТК№1	(клубника/яблоко)	100	100	26,70	3,00	5,00	29,00	190,00
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	30	30	3,60	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№14	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,20	4,60	4,40	12,50	107,20
Итого БЖУ:				95,00	22,25	23,17	89,57	863,02
Итого:				95,00				

День 10

Сезон: зимний-весенний

TKN№36	бутерброд с сыром	40			40	12,40	4,49	5,73	12,83	235,13
TKN№15	чай с сахаром	200/15			200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
ТТК№4	Тефтеля по домашнему	100			100	44,50	2,97	7,62	6,03	290,00
TKN№9	Бобовые отварные (гороховое пюре)	180			180	22,27	8,77	5,36	30,55	123,57
Качест удост	хлеб ржаной	60			60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№14	чай с сахаром и лимоном	200/15/7			200/15/7	5,20	4,60	4,40	12,50	107,20
Итого БЖУ:							24,71	24,39	93,53	
Итого:						95,00				911,22

День 11

Сезон: зимне- весенний

TKN№1	бутерброд с маслом	40			40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
TKN№15	чай с сахаром	200/15			200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
TKN№3	Каша молочная с масл.сл.(с овсяными хлопьями)	180/10			180/10	40,45	5,60	6,56	2,25	285,80
ТТК№1	блин с начинкой (клубника/яблоко)	100			100	26,70	3,00	5,00	29,00	190,00
удост. качества	хлеб пшеничный в/с	30			30	3,60	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№15	чай с сахаром	200/15			200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
Итого БЖУ:							13,84	15,43	75,69	
Итого:						95,00				787,02

День 12

Сезон: зимне- весенний

TKN№36	бутерброд с сыром	40		40	12,40	4,49	5,73	12,83	235,13
TKN№15	чай с сахаром	200/15		200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
TKN№11	Пельмени отварные п/ф	180/20		180/20	66,77	10,60	12,64	27,60	232,00
УД.качества	Хлеб пшеничный в/с	60		60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№14	чай с сахаром и лимоном	200/15/7		200/15/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:					19,27	19,65	78,75		650,35
Итого:					95,00				

День 13

Сезон: зимне-весенний

TKN№36	бутерброд с сыром	40		40	12,40	4,49	5,73	12,83	235,13
TKN№14	чай с сахаром и лимоном	200/10/7		200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
TKN№4	Каша молочная с масл.сл.(манная)	200/15		200/15	41,90	4,80	5,20	3,08	228,21
ТТК№1	блин с начинкой (клубника/яблоко)	100		100	26,70	3,00	5,00	29,00	190,00
удост качества	хлеб пшеничный в/с	30		30	3,60	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№14	чай с сахаром и лимоном	200/10/7		200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:					16,57	17,21	83,43		837,66
Итого:					95,00				

День 14

Сезон: зимне-весенний

TKN№1	бутерброд с маслом	40		40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
TKN№15	чай с сахаром	200/15		200/15	3,43	0,20	0,00	6,50	26,80
ТТК№6	котлета рыбная	100		100	40,00	9,10	8,10	32,00	290,00
TKN№9	Бобовые отварные (гороховое пюре)	170		170	21,77	4,40	4,08	24,66	123,52
качест удост	хлеб ржаной	60		60	7,20	3,68	1,28	25,12	128,52

TKN№14	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:					18,84	16,05	101,30	
Итого:				95,00				725,84

День 15

Сезон: зимне-весенний

TKN№1	бутерброд с маслом	40	40	17,40	1,16	2,59	6,32	129,10
TKN№15	чай с сахаром	200/15	200/15	4,00	0,20	0,00	6,50	26,80
TKN№5	Каша молочная с маслом сл. (пшеничная)	200/11	200/11	38,10	6,30	6,41	2,33	288,00
ТТК№1	Блин с начинкой (клубника/яблоко)	100	100	26,70	3,00	5,00	29,00	190,00
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	30	30	3,60	3,68	1,28	25,12	128,52
TKN№14	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	200/10/7	5,20	0,30	0,00	6,70	27,90
Итого БЖУ:				95,00	14,64	15,28	75,97	790,32
Итого								

Технолог

Повар

Гученко Е.Е.