

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения безалкогольным питанием (полдник) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов, возрастной группы 7-11 лет МБОУ «Волгодар»

1 Вариант

| Пример пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Подлинке</b>   |              |                  |              |              |                               |                              |
| ХЛЕБОВАРУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картошкой, сладкая булочка, пирожок печеный с яншикой, плюшка московская и т.д.) | 100          |                  |              |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА   | 200          |                  |              |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>300</b>   | <b>7,94</b>      | <b>10,09</b> | <b>84,62</b> | <b>458,41</b>                 |                              |

2 Вариант

| Пример пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Подлинке</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ХЛЕБОВАРУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картошкой, сладкая булочка, пирожок печеный с яншикой, плюшка московская и т.д.) | 100          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОФЕИНЫЕ НАПИТОК НА МОЛОКЕ  | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>300</b>   | <b>9,41</b>      | <b>6,80</b> | <b>73,20</b> | <b>391,10</b>                 |                              |

3 Вариант

| Пример пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Подлинке</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ХЛЕБОВАРУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картошкой, сладкая булочка, пирожок печеный с яншикой, плюшка московская и т.д.) | 100          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (яблоко)   | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>300</b>   | <b>6,66</b>      | <b>6,60</b> | <b>89,48</b> | <b>445,36</b>                 |                              |

4 Вариант

| Пример пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                              |
| <b>Подлинке</b>   |              |                  |             |              |                               |                              |
| ХЛЕБОВАРУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картошкой, сладкая булочка, пирожок печеный с яншикой, плюшка московская и т.д.) | 100          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (яблоко)   | 200          |                  |             |              |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>300</b>   | <b>6,66</b>      | <b>6,60</b> | <b>89,48</b> | <b>445,36</b>                 |                              |

| Пример пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| <b>Подлинке</b>   |              |                  |         |             |                               |                              |
| ХЛЕБОВАРУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картошкой, сладкая булочка, пирожок печеный с яншикой, плюшка московская и т.д.) | 100          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |



Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения сбалансированным питанием (пошапкой) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волочков р/ш

|   |                 |      |      |       |                          |                          |
|---|-----------------|------|------|-------|--------------------------|--------------------------|
| ХЛЕБОВОУСЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картофельм, сладкая булочка, пирожок печеный с мясом, шоколад московская и т.д.) | 100             |      |      |       | Сборник рецептов или ТТК |                          |
|   | КОМПЛОТ ИЗ МЯСА | 200  |      |       |                          |                          |
| Итого за прием пищи:  | 300             | 7,61 | 5,60 | 74,70 | 380,20                   | Сборник рецептов или ТТК |

9 Вариант

|   |                            |                  |         |             |                               |                              |
|---|----------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Принем пищи, наименование блюда   | Масса порции               | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |                            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Пошапкой  |                            |                  |         |             |                               |                              |
| ХЛЕБОВОУСЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картофельм, сладкая булочка, пирожок печеный с мясом, шоколад московская и т.д.) | 100                        |                  |         |             | Сборник рецептов или ТТК      |                              |
|   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200              |         |             |                               |                              |
| Итого за прием пищи:  | 300                        | 10,14            | 11,39   | 82,30       | 471,61                        | Сборник рецептов или ТТК     |

|   |                            |                  |         |             |                               |                              |
|---|----------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Принем пищи, наименование блюда   | Масса порции               | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |                            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Пошапкой  |                            |                  |         |             |                               |                              |
| 10 Вариант  |                            |                  |         |             |                               |                              |
| ХЛЕБОВОУСЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картофельм, сладкая булочка, пирожок печеный с мясом, шоколад московская и т.д.) | 100                        |                  |         |             | Сборник рецептов или ТТК      |                              |
|   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200              |         |             |                               |                              |
| Итого за прием пищи:  | 300                        | 10,14            | 11,39   | 82,30       | 471,61                        | Сборник рецептов или ТТК     |

|   |                            |                  |         |             |                               |                              |
|---|----------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Принем пищи, наименование блюда   | Масса порции               | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |                            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Пошапкой  |                            |                  |         |             |                               |                              |
| 11 Вариант  |                            |                  |         |             |                               |                              |
| ХЛЕБОВОУСЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картофельм, сладкая булочка, пирожок печеный с мясом, шоколад московская и т.д.) | 100                        |                  |         |             | Сборник рецептов или ТТК      |                              |
|   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200              |         |             |                               |                              |
| Итого за прием пищи:  | 300                        | 6,56             | 6,40    | 90,18       | 442,96                        | Сборник рецептов или ТТК     |

|   |                 |                  |         |             |                               |                              |
|---|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Принем пищи, наименование блюда   | Масса порции    | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Пошапкой  |                 |                  |         |             |                               |                              |
| 12 Вариант  |                 |                  |         |             |                               |                              |
| ХЛЕБОВОУСЛОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печеный с картофельм, сладкая булочка, пирожок печеный с мясом, шоколад московская и т.д.) | 100             |                  |         |             | Сборник рецептов или ТТК      |                              |
|   | КОМПЛОТ ИЗ МЯСА | 200              |         |             |                               |                              |
| Итого за прием пищи:  | 300             | 7,61             | 5,60    | 74,70       | 380,20                        | Сборник рецептов или ТТК     |

|                                 |              |                  |         |             |                               |                              |
|---------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения безблатным питанием (подписки) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов воспитанной группы 7-11 лет МОУ Валь школы

Печенье

|   |     |       |       |       |        |  |  |                          |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|--|--|--------------------------|
| ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожки печеный с картошкой, сашка булочки, пирожки печеный с яблоком, диетическое печенье и т.д.) | 100 |       |       |       |        |  |  | Сборник рецептов или ТТК |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ  | 200 |       |       |       |        |  |  | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за период пиши:   | 300 | 10,14 | 11,39 | 82,30 | 471,61 |  |  |                          |

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

|                            |       |       |        |          |
|----------------------------|-------|-------|--------|----------|
| Итого                      | 6     | ж     | ул     | когда    |
| Итого за период            | 98,02 | 97,45 | 983,38 | 5 194,73 |
| Среднее значение за период | 8,17  | 8,12  | 81,95  | 432,89   |
| Соотношение показателей    | 1     | 1     | 4      |          |

ООО «Медо-Миратор»  
 ИНН 2013032226  
 БУДУЩЕЕ В ДЕТСКОМ ЦУ СШ №20  
 КРО пр-кт Иск. В.И. Ленинна, 83

ДИРЕКТОР  
 МОУ СШ №20  
 Д.А. МЕНДИНОВ