

с 15.10.2023 г								
Меню приготавливаемых блюд ВТОРОЕ ПИТАНИЕ для детей-инвалидов и инвалидов								
2 смена	СЕЗОН ОСЕНЬ -ЗИМА	Возрастная категория детей от 7 до 11 лет						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР	
День 1	Мясо тушеное	70/70	21,2	24,9	3,5	315	256/2015	
	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160	303/2015	
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004	
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР	
	Хлеб ржаной iodированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР	
	ИТОГО:		37,7	55,5	101,2	932		
День 2	Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	ПР	
	Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	234/2015	
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015	
	Кисель плодоягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР	
	Хлеб ржаной iodированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР	
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015	
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015	
	ИТОГО:		26,5	16,7	104,7	695		
День 3	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015	
	Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком	270/40	45	34	86,8	568	223/2015	
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015	
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР	
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015	
	ИТОГО:		64,5	63,8	155,6	1080		
День 4	Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	ПР	
	Котлета из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	130(90/40)	9,7	11,2	10	148	268/2015	
	Макаронные изделия с маслом сливочным	180	6,5	7	36,5	235	203/2015	
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015	
	Хлеб ржаной iodированный	40	2,6	0,4	16,8	60	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР	
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015	
	ИТОГО:		33,5	22	114,06	741		
День 5	Нарезка из соленых огурцов	60	0,5	0,1	1	6	ПР	
	Фрикадельки из кур со сливочным маслом	120/5	16,1	22,5	9	304	297/2015	
	Рагу овощное	180	4,2	9,1	19,2	175	541/2004	
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015	
	Хлеб ржаной iodированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР	
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР	
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015	
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015	
	ИТОГО:		35,8	35,6	108,3	885		

2							
6	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Омлет с сыром	195/5	24,3	26,3	3,5	488	211/2015
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		50,1	56,5	92,6	1125	
День 7							
	Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	ПР
	Гуляш	70/70	20,3	23,3	3,9	309	260/2015
	Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	ИТОГО:		28,6	28,9	69,2	640,5	
День 8							
	Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	ПР
	Котлеты из кур с соусом томатным	100/40	17	25,5	16,4	365	294/2015
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		35,4	40,2	97,3	886,5	
День 9							
	Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	ПР
	Рыба тушеная с томатом и овощами	120/50	24,6	12,4	6,4	178	229/2015
	Пюре картофельное со сливочным маслом	180	3,6	5,7	24,2	164	312/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	ИТОГО:		41,2	39,1	105,66	763	
День 10							
	Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/02015
	Биточки из мяса говядины 1 кат	90	9,3	9,9	8	127	268/2015
	Капуста тушеная	180	4,6	8,2	19,3	138	321/2015
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	115	0,5	0,5	11,2	54	338/2015
	ИТОГО:		20,7	19,4	95,8	670,0	
	Среднее за 10 дней		37,4	37,8	104,4	841,8	

Технолог МП г.Армавира "КШПиТ"

В.Г.Свинцова