

15.10.2023 г.	Меню приготавливаемых блюд ОБЕД для детей-инвалидов и инвалидов						
1 см- младшие	СЕЗОН - ОСЕНЬ -ЗИМА	Возрастная категория детей от 7 до 11 лет и от 12 и старше					
1 и2 см-старшие		Пищевые вещества, г					
	Наименование блюда	Выход,г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал	№ рецептуры
Неделя 1	Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	ПР
День 1	Суп с рисовой крупой	250	0,5	4,7	1,5	64	115/2015
	Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
	Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
	Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	ИТОГО:		21	22,9	90,46	611,5	
День 2	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	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	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		33,4	39,6	120,8	925,5	
День 3	Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	ПР
	Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015
	Котлеты рубленные из птицы	100	17,4	16,6	16,2	286	294/2015
	Рагу овощное	180	4,2	9,1	19,2	175	541/2004
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	48	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	ИТОГО:		40,6	35,4	103,1	888	
День 4	Икра свекольная	100	2,3	0,1	22,8	185	75/02015
	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,2	16,5	148	102/2015
	Жаркое по-домашнему	75/125	24,3	28,3	24,7	442	259/2015
	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 пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	40	2,4	0,6	21,8	102	ПР
	ИТОГО:		47,2	43,4	128,5	1164	
День 5	Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	ПР
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	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
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	ИТОГО:		38,2	24,4	118,56	731	

Таблица 2							
День 6	Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	ПР
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015
	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
	Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
	ИТОГО:		34,8	33,4	103,9	836	
День 7	Капуста квашеная	100	1,6	0,1	5,2	26	ПР
	Суп с клецками	250	5,5	4,7	10	115	118/2015
	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
	Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Йогурт	200	10	3	7	120	388/2015
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
	ИТОГО:		42,3	28,2	120,7	939	
День 8	Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	ПР
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
	Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	100/40	10,8	12,5	11,2	164	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
	Вафли на фруктозе	60	7,8	20,4	26,4	218	ПР
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	65	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
	ИТОГО:		33,6	46,1	153,56	955	
День 9	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
	Рассольник Ленинградский	250	2	5,7	11,7	107	96/2015
	Фрикадельки из кур со сливочным маслом	120/5	16,1	22,5	9	304	297/2015
	Капуста тушеная	180	4,6	8,2	19,3	138	321/2015
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	65	ПР
	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0	12,6	61	ПР
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,5	0,5	11,8	56,4	338/2015
	ИТОГО:		30,4	42	131,1	941,4	
День 10	Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4,2	2,7	17,2	118	103/2015
	Рагу из птицы	75/125	14,2	12,1	17,3	237	289/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
	Йогурт	200	10	3	7	120	386/2015
	ИТОГО:		39,7	26,8	74,1	722	
	Среднее за 10 дней		36,1	34,2	114,5	871,3	

Технолог МП г.Армавира "КШПит"

В.Г.Свинцова