

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАУ «Центр социального питания»



Я.Н. Фадеенко

Для докумен...

2024 г.

«09» сентября 2024 г.

**ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
5-11 КЛАССОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ  
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:



Директор

«09» сентября 2024 г.

2024 год









	<b>Обед</b>					
ТТК	Бульон с курицей и гренками	300/15/10	8	7,7	10,1	139
461/04	Тефтели мясные с рисом паровые	60	9,2	10,1	5,2	147
587/04	с соусом томатным	50	0,5	2,52	3,1	37
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	180	4,92	12,96	47,81	278
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	133
ГОСТ	Хлеб дарницкий	45	2,97	0,5	18,5	94
	<b>Итого за обед</b>	<b>860</b>	<b>26,25</b>	<b>33,87</b>	<b>116,71</b>	<b>828</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1420</b>	<b>37,195</b>	<b>45,04</b>	<b>210,34</b>	<b>1372</b>
	<b>Суббота</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша пшеничная жидкая молочная	300	9,5	3,87	44,1	238
	с маслом	5	0,05	3,6	0,07	33
693/04	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119
ГОСТ	Батон нарезной	30	1,74	0,22	10,63	70
ГОСТ	Кондитерское изделие(печенье)	28	1,96	4,48	10,32	126
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>563</b>	<b>17,33</b>	<b>15,71</b>	<b>82,7</b>	<b>586</b>
	<b>Обед</b>					
134/04	Суп крестьянский с крупой(перлов	300	3,24	3,34	17,5	109
	с мясом и сметаной	12/5	2,84	4,54	0	53
451/04	Котлета	75	9,73	22,08	10,03	281
587/04	с соусом томатным	40	0,4	2,02	2,48	30
512/04	Рис припущенный	180	4,32	7,2	44,4	265
631/04	Компот из яблок	200	0,32	0	35,8	98
ГОСТ	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	8,2	41
	<b>Итого:</b>	<b>832</b>	<b>22,17</b>	<b>39,4</b>	<b>118,41</b>	<b>877</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1395</b>	<b>39,5</b>	<b>55,11</b>	<b>201,11</b>	<b>1463</b>
	<b>Вторая неделя</b>					
	<b>Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
182/11	Каша рисовая жидкая молочная	300	6	3,68	35,8	191
	с маслом	5	0,05	3,6	0,07	33
	и вареньем	10	0,05	0,02	5,35	28
693/04	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119
ГОСТ	Батон нарезной	40	3,16	0,4	19,32	94
ТТК	Кондитерское изделие(печенье)	34	2,38	5,44	23,46	153
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>589</b>	<b>15,72</b>	<b>16,68</b>	<b>101,58</b>	<b>618</b>
	<b>Обед</b>					
139/04	Суп картофельный с горохом	300	9	3,9	20,7	154
	с мясом отварным	12	2,71	3,79	0	45
499/04	Котлета рубленая из цыпленка	50	7,6	6,8	6,73	119
595/04	с соусом сметанным с томатом	50	1,4	5,4	3,9	40
508/04	Каша рассыпчатая гречневая,	180	4,92	12,96	47,81	278
199/2022	Огурцы консервированные	36	0,29	0,036	0,61	2,9
638/04	Компот из изюма	200	0,4	0,08	29,85	122
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
	<b>Итого за обед</b>	<b>858</b>	<b>28,3</b>	<b>33,296</b>	<b>121,9</b>	<b>822,9</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1447</b>	<b>44,02</b>	<b>49,976</b>	<b>223,48</b>	<b>1440,9</b>



	<b>Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	300/5	9,25	8,3	43,57	275
ТТК	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	62
ТТК	Кондитерское изделие(печенье)	30	1,92	10,2	18	120
ГОСТ	Батон нарезной	40	3	1,18	20,54	106
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>585</b>	<b>14,41</b>	<b>19,73</b>	<b>98,11</b>	<b>563</b>
	<b>Обед</b>					
110/04	Борщ с капустой и картофелем	300	2,2	5,88	14,1	119
	с цыпленком и сметаной	15/5	3,36	3,17	0	39
451/04	Биточек	75	9,73	22,08	10,03	281
587/04	с соусом томатным	40	0,4	2,02	2,48	30
512/04	Рис припущенный	180	4,32	7,2	44,4	265
699/04	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93
ГОСТ	Хлеб дарницкий	33	2,18	0,36	13,53	68
	<b>Итого за обед</b>	<b>848</b>	<b>22,29</b>	<b>40,71</b>	<b>108,74</b>	<b>895</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1433</b>	<b>36,7</b>	<b>60,44</b>	<b>206,85</b>	<b>1458</b>
	<b>Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша Дружба жидкая молочная с маслом	300/5	8	7,8	40,07	253
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
ГОСТ	Батон нарезной	36	2,7	1,04	18,5	94
ТУ	Кондитерское изделие(пряник)	40	1,88	3	29,16	152
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>581</b>	<b>12,78</b>	<b>11,89</b>	<b>102,74</b>	<b>556</b>
	<b>Обед</b>					
124/04	Щи из свеж.капусты с картофелем	300	2,16	5,98	9,76	102
	с цыпленком отварным и сметаной	15/5	3,36	3,17	0	39
297/2011	Фрикадельки куриные	80	10,24	6,24	6,8	123
601/04	с соусом сметанным с томатом	50	1,4	5,4	3,9	40
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	180	4,92	12,96	47,81	278
ТТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,2	0,05	12,1	46
ГОСТ	Хлеб дарницкий	45	2,97	0,5	18,5	94
ТТК	Выпечное изделие	50	3,9	3,06	23,9	147
	<b>Итого за обед</b>	<b>925</b>	<b>29,15</b>	<b>37,36</b>	<b>122,77</b>	<b>869</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1506</b>	<b>41,93</b>	<b>49,25</b>	<b>225,51</b>	<b>1425</b>
	<b>Черверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша овсяная из хлопьев "Геркулес" жидкая молочная с маслом	300/5	7,9	8,42	32,37	234
	и клюквой протертой	15	0,08	0,03	8	33
692/04	Напиток кофейный на молоке	200	3,17	2,67	15,95	101
ГОСТ	Батон нарезной	48	3,6	1,4	24,67	126
ГОСТ	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	66
ТУ	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,4	3,2	13,8	90
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>598</b>	<b>16,25</b>	<b>22,92</b>	<b>94,92</b>	<b>650</b>



	<b>Обед</b>					
132/04	Рассольник ленинградский	300	3,12	3	20,4	121
	со сметаной	5	0,125	0,75	0	8
461/04	Тефтели 1 вариант,	80	11,17	22,14	12	289
600/04	с соусом сметанным	40	0,36	0,33	2,3	13
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,12	10,98	41,04	294
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
ГОСТ	Хлеб дарницкий	31	1,98	0,33	12,3	64
	<b>Итого за обед</b>	<b>836</b>	<b>23,075</b>	<b>37,58</b>	<b>103,05</b>	<b>846</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1434</b>	<b>39,325</b>	<b>60,5</b>	<b>197,97</b>	<b>1496</b>
	<b>Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
516/04	Макаронны с сыром	180/15	9,6	15,41	41,04	348
ГТК	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	62
ГОСТ	Батон нарезной	30	2,25	0,89	15,4	80
338/2011	Фрукты свежие(яблоко)	шт	0,4	0,4	9,8	55
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>12,49</b>	<b>16,75</b>	<b>82,24</b>	<b>545</b>
	<b>Обед</b>					
158/2004	Солянка из птицы	12,5/250/5	6,5	8,5	3,15	114
451/04	Котлета	75	9,73	22,08	10,03	281
587/04	Соус томатный	50	0,5	2,52	3,1	37
463/1996	Каша перловая рассыпчатая	180	5,48	5,2	42,9	230
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
ГОСТ	Хлеб дарницкий	41	2,71	0,45	16,81	85
	<b>Итого за обед</b>	<b>813,5</b>	<b>25,12</b>	<b>38,8</b>	<b>91</b>	<b>804</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1363,5</b>	<b>37,61</b>	<b>55,55</b>	<b>173,24</b>	<b>1349</b>
	<b>Суббота</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	300/5	9,55	7,47	44,17	271
693/04	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119
ГОСТ	Батон нарезной	29	2,25	0,89	15,4	80
96/2004	Масло (порциями)	5	0,05	3,6	0,07	33
ГОСТ	Повидло	20	0,08	0	8	38
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>559</b>	<b>16,01</b>	<b>15,5</b>	<b>85,22</b>	<b>541</b>
	<b>Обед</b>					
134/04	Суп крестьянский с крупой(перлов	300	3,24	3,34	17,5	109
	с цыпленком отварным и сметаной	15/5	3,36	3,17	0	39
499/04	Котлета из филе цыпленка	80	12,1	10,9	10,8	190
595/04	с соусом молочным	30	0,62	1,58	2,13	25
508/04	Каша рассыпчатая гречневая ,	180	4,92	12,96	47,81	278
ГТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,2	0,05	12,1	46
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	2,64	0,44	16,4	83
	<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>27,08</b>	<b>32,44</b>	<b>106,74</b>	<b>770</b>
	<b>Итого (за завтрак+обед)</b>	<b>1419</b>	<b>43,09</b>	<b>47,94</b>	<b>191,96</b>	<b>1311</b>