

Согласовано:



*А.А. Давыдова ОН*

Утверждаю:



Букреева А.Ю.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ для организации бесплатного питания для учащихся с ОВЗ школ (весенне-летний период) Для возрастной группы с 12 до 18 лет**

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Неделя первая		Б	Ж	У	ККАЛ	
День 1	Каша рисовая	250	10,29	13,06	39,02	303,2	262
	Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1	-	20,2	84,8	ткк
	Чай с апельсином	200	0,29	-	15,22	64,4	ткк
	Бутерброд с маслом и сыром	5/10/20	7,05	5,38	12,46	127,2	3
Итого за день		685	18,63	18,44	86,9	579,6	
Полдник	Суп картофельный с бобовыми	15/200	11,72	14,12	32,51	296	138
	Напиток из сока	200	0,5	-	34,55	140,21	ткк
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	ткк
Итого:		430	13,87	14,42	76,69	484,02	
Итого за день		1115	32,5	32,86	163,59	1063,62	
День 2	Паста «Новинка»	250	16,91	20,75	32,8	322,3	ткк
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628
	Кондитерское или выпечное изделие (без крема)	50	1,65	0,3	12,76	123,4	ткк
	Хлеб «Дарницкий»	50	2,75	0,5	16,03	79,68	ткк
Итого:		550	21,51	21,55	76,6	586,22	
Полдник	Щи из свежей капусты	15/200	11,65	14,84	30,36	291,58	120
	Сок фруктовый	200	1	-	20,2	84,8	ткк
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	ткк
Итого:		430	14,3	15,14	60,18	424,19	
Итого за день:		980	35,81	36,69	136,78	1010,41	
День 3	Котлета куриная	100	9,08	11,56	9,58	202,75	ткк

	Рис отварной	200	7,16	6,88	54,72	297,48	465
	Чай с лимоном	200	0,26		15,22	61,93	629
	Хлеб «Дарницкий»	50	2,75	0,5	16,03	79,68	тгк
Итого за день		550	19,25	18,94	95,55	641,84	
Полдник	Борщ из свежей капусты	15/200	11,71	14,81	32,87	300	110
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	тгк
Итого:		430	13,56	15,11	57,5	408,65	
Итого за день		980	32,81	34,05	153,05	1050,49	
День 4	Тефтели рыбные с соусом	110	12,61	11,02	16,85	182,89	322
	Картофельное пюре	200	4,7	7	31,96	238	тгк
	Чай с апельсином	200	0,29		15,82	64,4	тгк
	Хлеб Дарницкий	40	2,2	0,4	12,83	63,74	тгк
Итого за завтрак		550	19,8	18,42	77,46	549,03	
Полдник	Суп картофельный с крупой	15/200	11,92	14,06	33,05	299,4	136
	Чай с лимоном	200	0,26		15,22	61,93	629
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	тгк
Итого:		430	13,83	14,36	57,89	409,14	
Итого за день		980	33,63	32,78	135,35	958,17	
День 5	Плов гречневый с овощами и курой	300	16,21	19,75	38	453	тгк
	Кофейный напиток	200	2,74	1,79	22,88	118,57	1024
	Хлеб Дарницкий	50	2,75	0,5	16,03	79,68	тгк
Итого за завтрак		550	21,7	22,04	76,91	651,25	
Полдник	Суп картофельный с макаронными изделиями	15/200	11,67	14,05	33,21	299,76	139
	Сок фруктовый	200	1		20,2	84,8	тгк
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	тгк
Итого:		430	14,32	14,35	63,03	432,21	
Итого за день		980	36,02	36,39	139,94	1083,46	
Среднее значение за период:		5035	170,77	172,77	728,71	5166,15	
День 6	Неделя вторая						
	Макароны с сыром	200	11,19	11,25	48,96	365,6	276
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628
	Бутерброд с маслом	10/20	6,24	7,69	7,8	105,33	1



	Сок фруктовый в инд.упаковке	200	1		20,2	84,8	ТТК
Итого:		630	18,63	18,94	91,97	616,57	
Полдник	Суп картофельный с бобовыми	15/200	11,72	14,12	32,51	296	138
	Чай с апельсином	200	0,29	-	15,82	64,4	ТТК
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	ТТК
Итого:		430	13,66	14,42	57,95	408,21	
Итого за день		1060	32,29	33,36	149,92	1024,78	
День 7	Биточки куриные с соусом	110	9,74	9,43	8,68	158,71	ТТК
	Греча отварная	200	12,08	8,27	61,94	207,2	463
	Чай с лимоном	200	0,26	-	15,22	61,93	629
	Хлеб «Дарницкий»	40	2,2	0,4	12,83	63,74	
Итого:		550	24,28	18,05	98,67	491,58	
Полдник	Щи из свежей капусты	15/200	11,65	14,84	30,36	291,58	120
	Сок фруктовый	200	1	-	20,2	84,8	ТТК
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	ТТК
Итого:		430	14,3	15,14	60,18	424,19	
Итого за день		980	38,58	33,19	158,85	915,77	
День 8	Жаркое по-школьному	300	18,48	22,5	45,19	461,4	ТТК
	Напиток из сока	200	0,5	-	32,55	126,21	ТТК
	Хлеб Дарницкий	50	2,75	0,5	16,03	79,68	ТТК
Итого:		550	21,73	23	93,77	667,29	
Полдник	Суп картофельный с крупой	15/200	11,97	14,06	33,05	299,4	136
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	ТТК
Итого:		430	13,77	14,36	57,68	408,05	
Итого за день		980	35,5	37,36	151,45	1075,34	
День 9	Каша пшеничная	250	10,5	12,75	37,5	279,75	262
	Фрукт	100	0,8	-	8,1	38	ТТК
	Напиток из свежих яблок	200	0,16	-	27,87	112,13	ТТК
	Бутерброд с сыром	15/20	7,96	6,35	13,28	136	3
Итого за день		585	19,42	19,1	86,75	565,88	
Полдник	Рассольник «Ленинградский»	15/200	12,24	14,99	28,95	294,11	129
	Напиток из сока	200	0,5	-	34,55	140,21	ТТК
	Хлеб Дарницкий	30	1,65	0,3	9,62	47,81	ТТК

Итого:		430	14,39	15,29	73,12	482,13	
Итого за день		1015	33,81	34,39	159,87	1048,01	
День 10	Биточки рубленые с соусом	110	11,05	11,95	12,31	200,25	416
	Макароны отварные	200	7,61	7,44	44,8	267,33	469
	Компот из изюма	200	0,36	-	25,17	114,12	932
	Хлеб «Дарницкий»	40	2,2	0,4	12,83	63,74	ТК
Итого:		550	21,22	19,79	95,11	645,44	
Полдник	Суп картофельный с макаронными изделиями	15/200	11,67	14,05	33,21	299,76	139
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	60,84	628
	Хлеб «Дарницкий»	30	1,65	0,3	9,02	47,81	ТК
Итого:		430	13,52	14,35	57,84	408,41	
Итого за день		980	34,74	34,14	152,95	1053,85	
Среднее значение за период:		5015	174,92	172,44	773,04	5117,75	