

СОГЛАСОВАНО:

Директор М.О.У. ВШМ-18
 (наименование образовательного учреждения)
М.В. Лашенова
 (подпись) (расшифровка подписи)
 "01" сентября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "МАРГО"
М.В. Лашенова
 "01" сентября 2025 г.

*Основное двухнедельное меню рационов горячего питания
 для детей различного возраста с ограниченной возможностью
 здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном
 общеобразовательном учреждении
 (обед)
 (стоимость каждого варианта 65-99 руб)*

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8.) изготовление продукции производится в соответствии с технико-технологическими картами (ТТК), разработанными уполномоченным лицом и утвержденными директором организации, оказывающей услуги питания, а также в соответствии с технологическими картами, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания ("Хлебпродинформ", Москва 2002г.) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2011 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

ДЕНЬ 1

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
82/11	Суп картофельный с вермишелью	200	2	2,4	13,8	84
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	80/40	11	11,6	21,8	237
510-III/04	Каша вязкая гречневая	160	4,8	7,2	23,8	182
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	21,1	22,1	96,4	671

ДЕНЬ 2

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	75	10,6	10,5	13,5	196
512-III/04	Рис припущенный	110	2,6	4,4	27,1	161
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	47	2,9	0,8	20,2	103
		ИТОГО:	21,3	20,1	93,6	652

ДЕНЬ 3

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	8	70
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	80	11,2	11,2	14,4	209
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	100	2,8	4,5	16	117
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	47	2,9	0,8	20,2	103
		ИТОГО:	18,7	19,9	73,6	557

ДЕНЬ 4

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	2,8	5	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	90	13,5	12,7	7	215
518-III/04	Картофель отварной	130	2,6	5,3	21	144
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
		ИТОГО:	23,8	21,7	70,4	613

ДЕНЬ 5

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	1,9	6,2	10,7	107
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	80	11,2	9,7	12	197
516-III/04	Макаронные изделия отварные	110	3,8	4,5	25,8	161
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		ИТОГО:	20,2	21,3	85,5	633

ДЕНЬ 6

ТТК № 118	Суп картофельный с яйцом	200	4,4	2,8	5	84
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	75	10,6	10,5	13,5	196
514-III/04	Бобовые отварные (горох)	110	5,6	5,7	20,3	153
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		ИТОГО:	23,8	19,9	75,3	599

ДЕНЬ 7

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	1,6	4,2	10,4	86
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	80/40	11	11,6	21,8	237
510-III/04	Каша вязкая гречневая	130	3,9	5,8	19,3	148
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
		ИТОГО:	19,7	22,4	87,6	634

ДЕНЬ 8

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	80	11,2	9,7	12	197
510-III/04	Каша вязкая пшенная	160	4,4	7,2	25,6	187
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	55	3,4	1	24,2	121
		ИТОГО:	24,2	22,3	94,6	697

ДЕНЬ 9

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	0,8	70
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	100	15	14,2	7,8	239
516-III/04	Макаронные изделия отварные	140	4,9	5,7	32,9	205
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	54	3,3	0,9	23,7	118
		ИТОГО:	25	24,2	80,2	690

ДЕНЬ 10

80/11	Суп картофельный с пшеном	200	2	4,2	11,4	92
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	75	10,5	10,5	13,5	196
512-III/04	Рис припущенный	120	2,8	4,8	29,6	176
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	58	3,6	1	25,5	127
		ИТОГО:	19,1	20,5	95	649