

**Основное двухнедельное меню рационов горячего питания для детей различного возраста с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном общеобразовательном учреждении**  
**горячий завтрак (стоимость каждого варианта 45-83 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 рецептур:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания ("Хлебпродинформ", Москва 1996г) под редакцией Ф.Л.Марчука.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапшиной.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях (Москва, Дели принт 2012 г) под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.

**ДЕНЬ 1**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эп. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 44	Каша домашняя молочная рисовая с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	150/5	3,8	7,8	20,9	172
ТТК № 140	Творожник	50	8,5	6,1	7,7	122
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	57	3,5	1	25	125
		<b>ИТОГО:</b>	<b>16</b>	<b>14,9</b>	<b>68,6</b>	<b>477</b>

**ДЕНЬ 2**

ТТК № 132	Котлета домашняя	60	3,6	5,7	2,6	74
516-III/04	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,1	23,5	147
ТТК № 62	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	46	2,9	0,8	20,2	101
		<b>ИТОГО:</b>	<b>10,2</b>	<b>10,6</b>	<b>61,3</b>	<b>380</b>

**ДЕНЬ 3**

ТТК № 96	Плов из мяса птицы (из филе)	140	8,2	8,5	21,1	161
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	42	2,6	0,7	18,4	92
		<b>ИТОГО:</b>	<b>11</b>	<b>9,2</b>	<b>54,5</b>	<b>311</b>

**ДЕНЬ 4**

ТТК № 120	Зразы ленивые из филе птицы	60	8,4	7,3	9	148
336/12	Капуста тушеная	100	2,1	3,2	9,4	75
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		<b>ИТОГО:</b>	<b>13,7</b>	<b>11,4</b>	<b>54,9</b>	<b>389</b>

**ДЕНЬ 5**

ТТК № 158	Говяжья тефтелька в соусе	75	9	10,5	12,2	168
516-III/04	Макаронные изделия отварные	150	5,2	6,1	36	220
ТТК № 62	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	54	3,3	0,9	23,7	118
		<b>ИТОГО:</b>	<b>17,7</b>	<b>17,5</b>	<b>86,9</b>	<b>564</b>

**ДЕНЬ 6**

ТТК № 37	Каша жидкая молочная «Дружба» с маслом сливочным (на смеси молока и воды)	150/7	4,5	10	22	154
ТТК № 140	Творожник	50	8,5	6,1	7,7	122
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	46	2,9	0,8	20,2	101
		<b>ИТОГО:</b>	<b>16,1</b>	<b>16,9</b>	<b>64,9</b>	<b>435</b>

**ДЕНЬ 7**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эн. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 153	Котлета рыбная с яйцом	50	4,8	2,4	5	63
ТТК № 52	Каша "Петровская" рисовая	130	3,6	10	29,1	210
ТТК № 62	Чай каркадэ	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
		<b>ИТОГО:</b>	<b>11,6</b>	<b>13,2</b>	<b>70,2</b>	<b>436</b>

**ДЕНЬ 8**

ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	90	13,5	12,7	7	215
510-III/04	Каша вязкая гречневая	140	4,2	6,3	20,8	159
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	49	3	0,9	21,5	108
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,9</b>	<b>19,9</b>	<b>64,3</b>	<b>540</b>

**ДЕНЬ 9**

ТТК № 28	Котлета мясная запеченная	50	7,7	5,8	8	131
516-III/04	Макаронные изделия отварные	130	4,5	5,3	30,5	191
ТТК № 62	Чай каркадэ	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
		<b>ИТОГО:</b>	<b>15,4</b>	<b>11,9</b>	<b>74,6</b>	<b>485</b>

**ДЕНЬ 10**

ТТК № 156	Тефтели мясные запеченные	50	3,9	4,5	2,7	68
514-III/04	Бобовые отварные	140	7,1	7,2	25,9	194
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
		<b>ИТОГО:</b>	<b>14,2</b>	<b>12,5</b>	<b>64,7</b>	<b>425</b>

Заказчик: Директор МОУ СШ № 23  
(наименование общеобразовательного учреждения)

М.В. Лашенова / М.В. Лашенова /  
(подпись) (расшифровка подписи)

М.П.

Исполнитель: ООО "МАРГО"

Директор М.В. Лашенова /М.В.Лашенова/



*Основное двухнедельное меню рационов горячего питания для детей различного возраста с ограниченной возможностью здоровья (ОВЗ), обучающихся в муниципальном общеобразовательном учреждении (обед)*

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 для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах ("Хлебпродинформ", Москва 2004 г) под общей редакцией В.Т.Лапиной.
2. 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)			Эп. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/9	1,6	4,2	11,4	84
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	90/45	12,4	13,1	24,5	267
510-III/04	Каша вязкая пшенная	100	2,8	4,5	16	117
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	50	3,1	0,9	22	110
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,1</b>	<b>22,7</b>	<b>88,9</b>	<b>636</b>

**ДЕНЬ 2**

81/11	Суп картофельный с горохом	200	5	4,4	17,8	134
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	90	12,6	11	13,5	222
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	55	3,4	1	24,2	121
		<b>ИТОГО:</b>	<b>25,1</b>	<b>22,2</b>	<b>89,8</b>	<b>683</b>

**ДЕНЬ 3**

67/11	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	8	70
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	90	12,7	12,6	16,3	235
516-III/04	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,1	23,5	147
ТТК № 62	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	57	3,5	1	25	125
		<b>ИТОГО:</b>	<b>21,5</b>	<b>21,1</b>	<b>87,8</b>	<b>635</b>

**ДЕНЬ 4**

80/11	Суп картофельный с пшеном	200	1,6	2,2	11,6	72
ТТК № 24	Фрикадельки из птицы тушеные с овощами (из филе)	90	12,7	12,6	16,3	235
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20,4</b>	<b>19,8</b>	<b>92,2</b>	<b>635</b>

**ДЕНЬ 5**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Эп. Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ТТК № 118; ТТК № 99	Суп картофельный с яйцом с филе птицы отварным	200/10	3,8	2,8	5	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	100	15	14,2	7,8	239
514-III/04	Бобовые отварные	100	5,1	5,2	18,5	139
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	53	3,2	0,9	23,3	117
		<b>ИТОГО:</b>	<b>27,3</b>	<b>23,1</b>	<b>69,6</b>	<b>637</b>

**ДЕНЬ 6**

82/11	Суп картофельный с вермишелью	200	2	2,4	13,8	84
ТТК № 127	Тефтели из птицы в соусе томатном (из филе)	90/45	12,4	13,1	24,5	267
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	59	3,7	1,06	26	129
	<b>ИТОГО:</b>		<b>22,2</b>	<b>22,36</b>	<b>98,6</b>	<b>686</b>

**ДЕНЬ 7**

57/11	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/7	1,6	4,2	11,4	84
ТТК № 120	Зразы ленивые из птицы (из филе)	90	12,6	11	13,5	222
516-III/04	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,1	23,5	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	48	3	0,8	21,1	105
	<b>ИТОГО:</b>		<b>20,9</b>	<b>20,1</b>	<b>84,5</b>	<b>616</b>

**ДЕНЬ 8**

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)	90	12,7	12,6	16,3	235
510-III/04	Каша вязкая пшеничная	140	3,9	6,3	22,4	163
ТТК № 62	Чай каркаде	200	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	51	3,1	0,9	22,4	112
	<b>ИТОГО:</b>		<b>21,5</b>	<b>23,2</b>	<b>84,1</b>	<b>638</b>

**ДЕНЬ 9**

81/11; ТТК № 99	Суп картофельный с горохом с филе птицы отварным	200/6	5	4,4	17,8	134
ТТК № 69	Котлетка из птицы запеченная (из филе)	80	11,2	11,2	14,4	209
512-III/04	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	147
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	44	2,7	0,8	19,4	97
	<b>ИТОГО:</b>		<b>21,5</b>	<b>20,4</b>	<b>91,3</b>	<b>645</b>

**ДЕНЬ 10**

ТТК № 118; ТТК № 99	Суп картофельный с яйцом с филе птицы отварным	200/9	3,8	2,8	5	84
ТТК № 124	Сиченики из птицы запеченные (из филе)	90	13,5	12,7	7	215
518-III/04	Картофель отварной	100	2	4,1	16,2	111
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
ТТК № 21	Хлеб домашний	56	3,5	1	24,6	123
	<b>ИТОГО:</b>		<b>23</b>	<b>20,6</b>	<b>67,8</b>	<b>591</b>

Заказчик: Директор МОУ СШ № 23  
(наименование общеобразовательного учреждения)

И.И. Щеккина / И.И. Щеккина /  
(подпись) (расшифровка подписи)



Исполнитель: ООО «МАРТО»  
Директор М.В. Тащенко

