

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (ОВЗ) 5-11 классов общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 184,60 руб

с 12 лет и старше

Сезон: весна - лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	30	8,04	7,98	0,00	103,98	№101, 2013
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	215	7,88	15,40	37,39	319,69	№267, 2013
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	16	1,22	0,14	7,95	37,97	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,85	0,13	8,96	40,37	№ 109, сб. 2013г
	Пюре яблочное	18	0,85	0,13	8,96	40,37	
Всего		504	19,09	23,83	73,53	585,00	
Итого		504	19,09	23,83	73,53	585,00	
Обед	Салат Картофельный с огурцами солеными и зеленым горошком	100	2,06	6,11	12,92	114,86	№75, сб. Пермь 2013
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,48	5,67	20,08	141,30	№132, 2004
	Тфтели мясные в соусе томатном	125	11,41	13,26	13,58	219,30	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,87	9,35	49,04	323,80	№237, 2013
	Напиток витаминизированный Черносмординовый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112, 2013
Всего		1 008	30,56	34,98	143,48	1010,97	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,81	6,53	43,26	283,08	№695, 1994
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518, 2013
	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112, 2013
Всего		530	14,46	8,01	86,04	474,06	
Итого		1 538	45,05	41,84	229,52	1 485,03	
2 день							
Завтрак	Омлет натуральный	180	19,04	25,98	3,33	323,32	№340, 2004
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109, 2013

Всего	Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6,00	28,00	№112,2013
		504	26,58	30,30	46,22	563,89	
Обед	Икра кабачковая	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	1,70	3,75	11,98	88,45	№110,2004
	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	260	17,72	9,92	32,79	291,34	№369,2013
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный 42гр	42	3,19	0,38	20,89	99,72	№ 108, сб. 2013г
		832	26,27	20,74	99,38	689,21	№850,1997
		100	14,61	15,42	40,63	359,77	№515,2013
Полдник	Хачапури с сыром	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№112,2013
	Молоко кипяченое	160	1,28	0,32	12,00	56,00	
	Мандарины свежие	460	21,49	22,14	62,03	533,37	
Всего							
3 День	Завтрак	60	2,37	0,28	34,11	148,46	№2,2004
	Бутерброд с повидлом	10	0,08	7,25	0,13	66,09	№105,2013
	Масло сливочное	205	6,72	7,31	40,66	255,32	№265,2013
	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	22	1,67	0,20	10,93	52,21	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб пшеничный	23	1,08	0,16	11,45	51,59	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,08	0,16	11,45	51,59	
	Пюре яблочное	543	15,06	17,35	126,73	723,29	
Всего							
Обед	Икра морковная	100	1,81	8,16	10,17	121,32	№78,2004
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	5,55	4,51	22,25	151,78	№139,2004
	Суп картофельный в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994
	Рыба тушеная в томате с овощами	180	4,03	5,64	31,71	193,69	№520,2004
	Пюре картофельное	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	150	1,20	0,30	11,25	52,50	№112,2013
	Мандарины свежие	1083	28,14	27,49	125,42	861,66	
		100	6,03	9,05	63,18	358,29	№91,2000
	Ромовая баба	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
	Нектар в ассортименте	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112,2013
	Яблоко свежее	500	7,57	10,40	103,02	535,96	
Всего							
4 День	Завтрак	120	18,60	5,59	29,26	241,70	№366,2004
	Запеканка из творога с соусом из кураги	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Чай с сахаром	25	1,90	0,23	12,43	59,33	№108,2013
	Хлеб пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	170	0,68	0,68	16,66	75,48	№112,2013
	Яблоко свежее						

Икра свекольная	841	27,60	6,73	81,34	476,28
Суп из овощей со сметаной	100				

Обед	541	22,60	6,73	81,34	476,28
Икра свекольная	100	2,12	8,08	13,14	133,74
Суп из овощей со сметаной	265	2,57	6,61	14,39	127,30
Филе птицы тушеное в сметанном соусе	125	25,32	8,90	3,40	194,99
Рис припущенный	180	4,46	5,20	46,70	251,43
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18
Хлеб пшеничный	38	2,89	0,34	18,89	90,17
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29
Всего	938	39,27	29,44	135,28	963,10
Полдник	100	7,92	7,45	49,63	297,29
Рулетики с маком					Ц.Л.от 10.03.1997г
Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92
Мандарины свежие	170	1,36	0,34	12,75	59,50
Всего	470	9,28	7,79	78,86	422,71
Всего	1488	14,65	14,24	80,77	583,70
5 День					
Завтрак	30	1,60	7,43	10,07	113,55
Бутерброд с маслом					№1, 2004
Каша манная молочная жидкая с маслом	210	6,63	11,03	33,00	257,82
Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08
Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50
Всего	595	14,58	22,70	80,27	583,70
Итого	595	14,58	22,70	80,27	583,70
Обед	100	1,34	15,08	10,74	184,01
Салат Овощной букет					№35, 2000
Суп Крестьянский с крупой	250	1,92	5,22	11,51	100,64
Запеканка из печени с рисом с маслом	140	18,97	35,56	19,04	472,09
Макаронные изделия отварные	180	7,00	6,44	44,52	264,02
Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19
Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53
Всего	931	33,14	62,82	127,79	1209,10
Полдник	100	7,64	10,88	46,48	314,42
Шаньга Сибирская					ТТК
Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00
Мандарины свежие	150	1,20	0,30	11,25	52,50
Всего	450	14,64	16,18	65,93	467,92
Итого	1477	14,64	16,18	65,93	467,92
6 День					
Завтрак	215	5,95	14,88	29,55	275,96
Каша Дружба					№260, 2013
Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04
Хлеб пшеничный	31	2,36	0,28	15,41	73,56
Всего	446	10,37	17,15	62,94	447,56

Всего	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	170	1,36	0,34	12,75	59,50	№112,2013
		649	13,28	17,72	92,13	581,08	
Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,90	5,19	23,47	152,17	№140, 2004
	Кнели куриные с рисом в соусе томатном	100	18,40	4,97	8,00	150,35	ТТК
	Бобовые отварные /горох/	150	14,81	6,33	35,73	259,17	№514,2004
	Напиток витаминизированный Яблочно-облепиховый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,23	12,92	61,70	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	160	0,64	0,64	15,68	71,04	№112,2013
	Бутерброд с сыром и маслом	1015	41,43	27,69	136,05	989,13	№3, 2004
	Нектар в ассортименте	55	6,38	11,51	15,04	189,27	№518,2013
Всего	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№112,2013
	Мандарины свежие	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
Всего		405	8,32	12,36	46,53	330,64	
Завтрак	Сыр порционный	30	8,04	7,98	0,00	103,98	№101,2013
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	210	7,32	12,61	29,56	261,01	№266,2013
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,79	0,27	18,92	85,23	№ 109, сб. 2013г
	Пюре яблочное	38	1,79	0,27	18,92	85,23	пром
		546	21,41	21,45	92,37	648,10	
Всего		100	1,44	10,07	11,18	141,04	№612, 2004
		250	5,55	4,51	22,25	151,78	№139, 2004
Обед	Маринад свекольный	100	15,83	2,23	12,38	132,87	ТТК
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	200	4,48	6,26	35,24	215,21	№520, 2004
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	основном	200	2,74	0,32	17,89	85,43	№ 108, сб. 2013г
	Пюре картофельное	36	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Напиток витаминизированный Вишневый	35	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013
	Хлеб пшеничный	260	32,71	24,67	158,32	986,19	
	Хлеб ржано-пшеничный	1181	12,81	6,53	43,26	283,08	№695, 1994
	Яблоко свежее	100	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
		200	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
		410	14,42	7,31	71,75	410,44	
	Всего	Ватрушка с творогом					
Нектар в ассортименте							
Всего	Мандарины свежие						

Завтрак	Творожная запеканка с морковью и яблоком, с пovidлом	150	16,46	6,08	45,35	301,98	№30, 2012 (2 часть, с112)	
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994	
	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	№108, 2013	
	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	№109, с6. 2013г	
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112, 2013	
	Итого	600	21,91	8,92	102,19	576,69		
Обед	Салат Овощной с зеленым горошком	100	3,09	7,02	12,91	127,15	№69, сб. Пермь 2013	
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,57	6,16	19,91	145,32	№132, 2004	
	Плов из Филе птицы	250	27,81	15,31	50,05	449,27	№492, 2004	
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004	
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108, 2013	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013	
	Сдоба с маком, помадкой	882	36,88	28,95	120,36	889,51		
	Молоко кипяченое	110	8,25	9,83	61,36	366,87	ТТК	
	Яблоко свежее	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515, 2013	
	Итого	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112, 2013	
	3 день	Итого	570	14,89	17,27	96,24	599,91	
	Завтрак	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	№1, 2004
		Каша ячневая вязкая с маслом	205	7,77	7,40	39,44	255,48	№255, 2013
Кофейный напиток на молоке		200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК	
Хлеб пшеничный		24	1,82	0,22	11,93	56,95	№108, с6. 2013г	
Хлеб ржано-пшеничный		19	0,89	0,13	9,46	42,62	№109, с6. 2013г	
Пюре яблочное		19	0,89	0,13	9,46	42,62		
Итого		497	15,04	17,30	98,34	609,25		
Обед		Маринад морковный	150	2,02	15,17	13,99	200,60	№612, 2004
		Суп из овощей со сметаной	265	2,57	6,61	14,39	127,30	№135, 2004
		Котлеты Тотошка запеченые в соусе сметанном с томатном	100	16,80	6,24	12,79	174,49	ТТК
		Макаронные изделия отварные	200	7,77	7,16	49,47	293,35	№332, 2004
		Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
		Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	№108, 2013
Всего	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,85	0,13	8,96	40,37	№109, с6. 2013г	
	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112, 2013	
	Итого	1191	32,33	36,42	148,56	1051,30		
	Сдоба с повидлом	100	8,41	12,30	65,37	405,84	ТТК, ЦП/И	
	Кисель из мандаринов	200	0,41	0,10	20,10	82,92	ТТК	

Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
Всего	430	9,86	12,66	95,22	534,26	
Итого	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
4 День						
Завтрак	205	26,77	33,59	3,61	423,83	№309,2013
	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108,2013
	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
	140	0,56	0,56	13,72	62,16	№112,2013
Яблоко свежее	598	30,33	34,57	50,48	634,38	
Всего	100	2,06	6,11	12,92	114,86	№75, сб. Пермь 2013
Итого	100	2,06	6,11	12,92	114,86	№75, сб. Пермь 2013
Обед						
Салат Картофельный с огурцами солеными и зеленым горошком	255	2,59	5,39	20,47	140,73	№131, Пермь
Свекольник со сметаной	105	11,43	13,06	16,55	229,42	№54,2000
Котлета из минтая с маслом	200	4,48	6,26	35,24	215,21	№520,2004
Пюре картофельное	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
Напиток лимонный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
Хлеб пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	№ 109, сб. 2013г
Хлеб ржано-пшеничный	921	24,44	31,31	126,98	883,49	
Всего	100	9,06	10,44	59,87	369,70	№769,2004
Булочка Домашняя	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
Варенец	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112,2013
Мандарины свежие	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112,2013
Яблоко свежее	670	16,86	16,66	101,34	622,76	
Всего	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
Итого	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
5 День						
Завтрак	205	5,87	7,63	29,42	209,87	№260,2013
	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	18	0,85	0,13	8,96	40,37	№ 109, сб. 2013г
	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
Мандарины свежие	583	16,77	14,73	77,30	508,85	
Всего	60	0,96	3,78	4,44	55,62	№115,2013
Итого	60	0,96	3,78	4,44	55,62	№115,2013
Обед						
Икра кабачковая	250	2,96	5,21	23,79	153,83	№140, 2004
Суп картофельный с макаронными изделиями	100	14,37	10,70	13,77	208,86	ТТК
Биточки мясные в соусе красном основном	180	8,14	7,97	47,42	293,91	№243,2013
Каша пшеничная рассыпчатая	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
Компот из свежих плодов (яблоки)	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108,2013
Хлеб пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	№ 109, сб. 2013г
Хлеб ржано-пшеничный	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
Яблоко свежее	1 007	29,62	28,83	139,37	935,41	
Всего	100	7,06	5,94	51,70	288,48	№687, 1994
Итого	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013

Всего	100	7,06	5,94	51,70	288,48	№687, 1994
Итого	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013

Мандарины свежие	100	7,06	5,94	51,70	288,48	№687, 1994
Мандарины свежие	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518, 2013
Мандарины свежие	150	1,20	0,30	11,25	52,50	№112, 2013
Итого	450	9,00	6,79	83,19	429,85	
б день	1457	39,62	31,62	222,53	1382,64	
Завтрак	60	2,37	0,28	34,11	148,46	№2, 2004
Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,34	15,23	37,82	333,65	№333, 2004
Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109, 2013
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108, 2013
Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112, 2013
Итого	640	19,74	18,14	124,54	740,40	
Обед	840	18,77	13,71	124,54	740,40	
Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004
Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	255	2,12	5,59	11,28	103,90	№124, 2004
Печень по-строгановски	100	9,83	9,15	6,01	145,73	№431, 2004
Рис отварной	180	4,60	6,52	48,06	269,32	№511, 2004
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108, 2013
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,71	0,11	7,47	33,65	№109, 2013
Яблоко свежее	170	0,68	0,68	16,66	75,48	№112, 2013
Всего	1040	21,30	32,44	132,57	907,44	
Полдник	65	8,44	9,31	19,95	197,29	№2, 2004
Буtterброд с сыром и маслом	200	5,40	5,00	21,60	153,00	№516, 2013
Снежок	120	0,96	0,24	9,00	42,00	№112, 2013
Итого	385	14,80	14,55	50,55	392,29	
Всего за две недели СМЕНА 1	6 800,00	236,38	233,75	1045,41	7230,91	
Среднее значение за период	566,67	19,70	19,48	87,12	602,58	
Всего за две недели СМЕНА 2	17 739,00	531,68	537,89	2533,23	17100,66	
Среднее значение за период	1 478,25	44,31	44,83	211,10	1425,06	