

СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ СОШ № 51
 Гудовская О.Э. _____ 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАУ "Комбинат питания"
 Волков Г.И. _____
 28 февраля 2024 г.



Примерное меню для питания детей с ограниченными возможностями здоровья, сопровождающихся ограничениями в питании (Фенилкетонурия) в школьных столовых, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" № 166,56 руб (ФКУ)

7-11 лет

Сезон: весна - лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	60	0,5	0,0	1,8	9,1	
	Каша гречневая низкобелковая отварная с маслом	150	0,1	5,4	0,1	49,6	№237, 2013
	Чай пакетированный с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	39,9	ТТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,2	1,5	13,5	68,1	ТТК
	Сок т/п	200	0,2	0,0	4,0	17,3	
	Мандарины свежие	100	0,8	0,2	7,5	35,0	№112,2013
	Яблоко свежее	220	0,9	0,9	21,6	97,7	
Всего		960	2,6	8,1	58,5	316,7	
2 день							
Обед	Овощи натуральные /помидоры свежие/	100	0,6	0,0	4,2	19,2	№106, 2013
	Картофель отварной	150	3,0	4,0	28,7	162,3	№518, 2004
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,2	0,2	13,9	57,7	ТТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,2	1,5	13,5	68,1	ТТК
	Сок т/п	200	0,2	0,0	4,0	17,3	
	Мандарины свежие	130	1,0	0,3	9,8	45,5	
	Яблоко свежее	230	0,9	0,9	22,5	102,1	№112,2013
Всего		1040	6,0	6,8	96,7	453,0	
3 день							
Обед	Икра морковная	100	1,8	8,2	10,2	121,3	№78, 2004
	Макаронные изделия низкобелковые отварные с маслом	150	0,1	4,9	0,1	44,6	ТТК
	Чай пакетированный с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	39,9	ТТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,2	1,5	13,5	68,1	ТТК
	Сок т/п	200	0,2	0,0	4,0	17,3	
	Мандарины свежие	80	0,6	0,2	6,0	28,0	№112,2013
	Яблоко свежее	220	0,9	0,9	21,6	97,7	
Всего		980	3,7	15,6	65,3	417,0	
4 день							
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	70	0,6	0,0	2,1	10,6	
	Рис низкобелковый отварной с маслом	100	0,0	3,3	0,1	29,7	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	23,8	98,2	ТТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,2	1,5	13,5	68,1	ТТК
	Яблоко свежее	160	0,6	0,6	15,7	71,0	№112,2013
Всего		560	1,9	5,5	55,2	277,7	

**ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ
И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 35%)**

Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 10 дней	Среднее за 10 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в%)
Белки	77,0	27,0	31,9	3,2	4,1
Жиры	79,0	27,7	96,0	9,6	12,1
Углеводы	335,0	117,3	511,3	51,1	15,3
ВитаминС	60,0	21,0	725,2	72,5	120,9
ВитаминВ1	1,2	0,4	1,6	0,2	13,3
ВитаминВ2	1,4	0,5	0,9	0,1	6,6
ВитаминА	700,0	245,0	1,2	0,1	0,0
ВитаминD	10,0	3,5	0,0	0,0	0,0
Ca	1100,0	385,0	963,8	96,4	8,8
P	1100,0	385,0	796,4	79,6	7,2
Mg	250,0	87,5	528,4	52,8	21,1
Fe	12,0	4,2	62,8	6,3	52,3
K	1100,0	385,0	11419,0	1141,9	103,8
Фтор	3,0	1,1	4,0	0,4	13,3
Калорийность	2350,0	822,5	3036,4	303,6	12,9
Йод	100,0	35,0	0,1	0,0	0,0
Селен	30,0	10,5	36,9	3,7	12,3