

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ СОШ № 51



О.Э. Гудовская

« 27 » 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «Комбинат питания»



Г.Г. Волков

« 27 » 2024 г.

**Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, сопровождающимися ограничениями в питании (Сахарный диабет) в школьных столовых, обслуживаемых МАУ «Комбинат питания»**

**Учебный год 2023-2024**

на период « ВЕСНА - ЛЕТО » для питания детей по категориям:

1) для учащихся ОВЗ (с 7 - 11 лет)

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, сопровождающимися ограничениями в питании (Сахарный диабет 166,56 руб.) в школьных столовых, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания"

с 7-11 лет

Сезон: Весна - лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>1 неделя</b>							
<b>1 День</b>							
Завтрак	Сыр порционный	25	6,700	6,650	0,000	86,650	№101,2013
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая без сахара	205	7,315	12,613	23,570	237,057	№266,2013
Всего	Чай пакетированный без сахара	205	7,315	12,613	23,570	237,057	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,316	0,196	13,944	62,804	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,739	0,259	18,426	82,991	№ 109, сб. 2013г
		500	24,384	32,332	79,509	706,558	
		60	0,480	0,000	1,800	9,120	№106, 2013
<b>Обед</b>							
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	260	2,570	6,157	19,906	145,316	№132,2004
	Рассольник Ленинградский со сметаной	125	11,408	13,262	13,578	219,303	ТТК
	Тефтели мясные в соусе томатном	180	10,868	9,352	49,040	323,804	№237, 2013
	Каша гречневая рассыпчатая	200	1,040	0,060	10,200	45,500	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага) без сахара	32	1,504	0,224	15,936	71,776	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,786	0,266	18,924	85,234	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	130	1,040	0,260	9,750	45,500	№112,2013
	Мандарины свежие	1025	30,696	29,582	139,134	945,554	
	Яблоко свежее	170	0,680	0,680	16,660	75,480	№112,2013
	Кефир	200	6,000	0,100	7,600	55,300	№516,2013
Всего		370	6,680	0,780	24,260	130,780	
<b>2 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
Завтрак	Омлет натуральный	150	15,921	21,554	2,726	268,570	№301,2013
	Чай пакетированный без сахара	150	15,921	21,554	2,726	268,570	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,752	0,112	7,968	35,888	№ 109, сб. 2013г
Всего		341	33,769	43,394	25,870	629,102	
<b>Обед</b>							
Обед	Икра кабачковая	50	0,800	3,150	3,700	46,350	№115,2013
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,083	4,564	14,934	109,145	№110, 2004
	Гуляш из филе птицы	100	17,133	6,902	5,028	150,765	№ 378,2012
	Фасоль стручковая отварная	150	2,700	0,300	6,450	39,300	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоко) без сахара	200	0,160	0,160	3,920	17,760	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,692	0,252	17,928	80,748	№ 109, сб. 2013г

	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,551	0,231	16,434	74,019	№ 109, сб. 2013г
		824	26,118	15,559	68,395	518,087	
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,600	6,400	9,400	117,600	№515,2013
	Мандарины свежие	110	0,880	0,220	8,250	38,500	№112,2013
Всего		310	6,480	6,620	17,650	156,100	
3 День							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,680	2,660	0,000	34,660	№101,2013
	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом без сахара	205	6,718	7,310	34,675	231,367	№265, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	6,718	7,310	34,675	231,367	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,504	0,224	15,936	71,776	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,363	0,203	14,442	65,047	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	110	0,880	0,220	8,250	38,500	№112,2013
Всего		591	19,864	17,927	107,979	672,717	
Обед							
	Овоши натуральные /помидоры свежие/	80	0,480	0,000	3,360	15,360	№106, 2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	5,439	4,479	21,598	148,458	№139, 2004
	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	100	8,187	5,639	4,794	102,673	№309, 1994
	Овоши весенние отварные	180	4,680	0,900	8,100	59,220	ТТК
	Напиток лимонный без сахара	200	0,144	0,016	0,480	2,640	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,692	0,252	17,928	80,748	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	43	2,021	0,301	21,414	96,449	№ 109, сб. 2013г
		889	22,644	11,587	77,674	505,548	
Всего	Варенец	200	5,800	5,000	8,200	101,000	№516,2013
Полдник	Мандарины свежие	120	0,960	0,240	9,000	42,000	№112,2013
Всего		320	6,760	5,240	17,200	143,000	
4 День							
Завтрак	Запеканка из творога без сахара	120	22,178	6,697	11,008	193,020	№366,2004
	Чай пакетированный без сахара	120	22,178	6,697	11,008	193,020	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,128	0,168	11,952	53,832	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,034	0,154	10,956	49,346	№ 109, сб. 2013г
Всего		286	46,519	13,716	44,924	489,218	
Обед							
	Икра свекольная	60	1,271	4,848	7,881	80,246	№78,2004
	Суп из овощей со сметаной	255	2,287	5,614	14,232	116,600	№135,2004
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	140	26,896	9,643	4,021	210,449	№493,2004
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,075	10,392	54,489	359,782	№237, 2013
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага) без сахара	200	1,040	0,060	10,200	45,500	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,752	0,112	7,968	35,888	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,222	0,182	12,948	58,318	№ 109, сб. 2013г
Всего		881	45,543	30,850	111,739	906,782	
Полдник	Кефир	200	6,000	0,100	7,600	55,300	№516,2013
	Мандарины свежие	150	1,200	0,300	11,250	52,500	№112,2013
Всего		350	7,200	0,400	18,850	107,800	
5 День							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,680	2,660	0,000	34,660	№101,2013
	Каша ячневая вязкая без сахара, с маслом	205	7,774	7,402	33,451	231,523	№255, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	7,774	7,402	33,451	231,523	ТТК

	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,940	0,140	9,960	44,860	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,893	0,133	9,462	42,617	№109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	80	0,640	0,160	6,000	28,000	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>539</b>	<b>20,702</b>	<b>17,897</b>	<b>92,325</b>	<b>613,183</b>	
<b>Обед</b>							
	Овощи натуральные /огурцы свежие/	70	0,560	0,000	2,100	10,640	№106, 2013
	Суп Крестьянский с крупой	250	1,915	5,215	11,510	100,636	№134, 2004
	Запеканка из печени с рисом с маслом	105	15,718	21,174	15,718	316,304	№482, 2004
	Капуста цветная отварная	150	3,750	0,000	7,350	44,400	ТТК
	Напиток мандариновый без сахара	200	0,176	0,044	1,650	7,700	№699, 2004
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,799	0,119	8,466	38,131	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,645	0,245	17,430	78,505	№109, сб. 2013г
		792	24,562	26,797	64,224	596,316	
<b>Всего</b>		<b>200</b>	<b>5,600</b>	<b>6,400</b>	<b>9,400</b>	<b>117,600</b>	
<b>Полдник</b>							
	Молоко кипяченое	180	0,720	0,720	17,640	79,920	№515, 2013
	Яблоко свежее	380	6,320	7,120	27,040	197,520	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>380</b>	<b>6,320</b>	<b>7,120</b>	<b>27,040</b>	<b>197,520</b>	
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка морковная с творогом без сахара	150	15,685	8,752	24,763	240,558	№314, 2013
	Чай пакетированный без сахара	150	15,685	8,752	24,763	240,558	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109, 2013
	Яблоко свежее	150	0,600	0,600	14,700	66,600	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>475</b>	<b>33,145</b>	<b>18,279</b>	<b>76,676</b>	<b>603,791</b>	
<b>Обед</b>							
	Маринад морковный	100	1,345	10,115	9,330	133,731	№612, 2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,900	5,190	23,466	152,173	№140, 2004
	Кнедли куриные с рисом в соусе томатном	100	18,396	4,974	7,999	150,345	ТТК
	Фасоль стручковая отварная	100	1,800	0,200	4,300	26,200	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки) без сахара	200	0,160	0,160	3,920	17,760	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,786	0,266	18,924	85,234	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,880	0,280	19,920	89,720	№109, сб. 2013г
		828	28,267	21,185	87,858	655,163	
<b>Всего</b>		<b>200</b>	<b>5,800</b>	<b>5,000</b>	<b>8,200</b>	<b>101,000</b>	
<b>Полдник</b>							
	Мандарины свежие	160	1,280	0,320	12,000	56,000	№516, 2013
<b>Всего</b>		<b>360</b>	<b>7,080</b>	<b>5,320</b>	<b>20,200</b>	<b>157,000</b>	
<b>2 неделя</b>							
<b>1 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая без сахара	205	7,315	12,613	23,570	237,057	№266, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	7,315	12,613	23,570	237,057	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,269	0,189	13,446	60,561	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109, 2013
	Мандарины свежие	100	0,800	0,200	7,500	35,000	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>562</b>	<b>17,873</b>	<b>25,791</b>	<b>80,535</b>	<b>625,749</b>	
<b>Обед</b>							
	Овощи натуральные /помидоры свежие/	80	0,480	0,000	3,360	15,360	№106, 2013
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	5,439	4,479	21,598	148,458	№139, 2004
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	90	13,877	2,022	11,104	118,122	ТТК
	Капуста брокколи отварная	150	4,200	0,600	6,000	46,200	ТТК
	Напиток лимонный без сахара	200	0,144	0,016	0,480	2,640	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,752	0,112	7,968	35,888	№109, 2013

	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
Всего		795	26,067	7,404	62,960	422,744	
Полдник	Кефир	200	6,000	0,100	7,600	55,300	№516,2013
	Яблоко свежее	220	0,880	0,880	21,560	97,680	№112,2013
Всего		420	6,880	0,980	29,160	152,980	
2 День							
Завтрак	Запеканка из творога без сахара	120	22,178	6,697	11,008	193,020	№366,2004
	Чай пакетируемый без сахара	120	22,178	6,697	11,008	193,020	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,987	0,147	10,458	47,103	№ 109, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,846	0,126	8,964	40,374	№ 109, с6. 2013г
Всего		279	46,190	13,667	41,438	473,517	
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	60	0,480	0,000	1,800	9,120	№106, 2013
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,420	5,657	19,761	139,636	№132,2004
	Плов из филе птицы	230	30,397	17,673	42,133	449,178	№492,2004
	Напиток мандариновый без сахара	200	0,176	0,044	1,650	7,700	№699,2004
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,752	0,112	7,968	35,888	№ 109, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,316	0,196	13,944	62,804	№ 109, с6. 2013г
Всего		773	35,541	23,682	87,256	704,326	
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,600	6,400	9,400	117,600	№515,2013
	Мандарины свежие	140	1,120	0,280	10,500	49,000	№112,2013
Всего		340	6,720	6,680	19,900	166,600	
3 День							
Завтрак	Каша ячневая вязкая без сахара, с маслом	205	7,774	7,402	33,451	231,523	№255, 2013
	Чай пакетируемый без сахара	205	7,774	7,402	33,451	231,523	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	36	1,692	0,252	17,928	80,748	№ 109, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,551	0,231	16,434	74,019	№ 109, с6. 2013г
Всего		210	0,840	0,840	20,580	93,240	№112,2013
	Яблоко свежее	689	19,632	16,127	121,845	711,053	
Обед	Маринад морковный	100	1,345	10,115	9,330	133,731	№612, 2004
	Суп из овощей со сметаной	260	2,415	6,107	14,248	121,615	№135,2004
	Котлеты Тотошка запеченые в соусе сметанном с томатном	100	16,801	6,236	12,791	174,489	ТТК
	Фасоль стручковая отварная	150	2,700	0,300	6,450	39,300	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки) без сахара	200	0,160	0,160	3,920	17,760	ТТК
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,705	0,105	7,470	33,645	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
Всего		835	25,301	23,198	66,668	576,615	
Полдник	Варенец	200	5,800	5,000	8,200	101,000	№516,2013
	Яблоко свежее	180	0,720	0,720	17,640	79,920	№112,2013
Всего		380	6,520	5,720	25,840	180,920	
4 День							
Завтрак	Омлет с сыром	150	19,856	22,540	2,677	292,988	№309,2013
	Чай пакетируемый без сахара	150	19,856	22,540	2,677	292,988	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,457	0,217	15,438	69,533	№ 109, с6. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,504	0,224	15,936	71,776	№ 109, с6. 2013г
Всего		363	42,673	45,520	36,728	727,284	

Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов, с луком репчатый, маслом	100	0,656	20,000	3,572	196,912	№20,2004	
	Свекольник со сметаной	255	2,588	5,388	20,471	140,725	№131, Пермь	
	Котлета из минтая с маслом	95	10,293	12,113	14,899	209,781	№54,2000	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,868	9,352	49,040	323,804	№237, 2013	
	Напиток лимонный без сахара	200	0,144	0,016	0,480	2,640	ТТК	
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,752	0,112	7,968	35,888	№ 109, сб. 2013г	
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,222	0,182	12,948	58,318	№ 109, сб. 2013г	
	Мандарины свежие	80	0,640	0,160	6,000	28,000	№112,2013	
	Всего	936	27,163	47,322	115,378	996,067		
	Полдник	Кефир	200	6,000	0,100	7,600	55,300	№516,2013
		Мандарины свежие	80	0,640	0,160	6,000	28,000	№112,2013
		Яблоко свежее	150	0,600	0,600	14,700	66,600	№112,2013
	Всего		430	7,240	0,860	28,300	149,900	
	5 День							
	Завтрак	Сыр порционный	10	2,680	2,660	0,000	34,660	№101,2013
Каша молочная кукурузная жидкая без сахара с маслом		205	6,718	7,310	34,675	231,367	№265, 2013	
Чай пакетированный без сахара		205	6,718	7,310	34,675	231,367	ТТК	
Хлеб ржано-пшеничный		25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013	
Мандарины свежие		100	0,800	0,200	7,500	35,000	№112,2013	
Всего		545	18,092	17,655	89,301	588,469		
Обед								
Обед		Икра кабачковая	80	1,280	5,040	5,920	74,160	№115,2013
		Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,955	5,206	23,789	153,832	№140, 2004
		Биточки мясные в соусе красном основном	100	14,374	10,697	13,772	208,856	ТТК
		Капуста брокколи отварная	100	2,800	0,400	4,000	30,800	ТТК
		Компот из свежих плодов (яблоки) без сахара	200	0,160	0,160	3,920	17,760	ТТК
		Хлеб ржано-пшеничный	36	1,692	0,252	17,928	80,748	№ 109, сб. 2013г
		Хлеб ржано-пшеничный	43	2,021	0,301	21,414	96,449	№ 109, сб. 2013г
		Всего	809	25,282	22,056	90,743	662,605	
	Полдник	Молоко кипяченое	200	5,600	6,400	9,400	117,600	№515,2013
		Яблоко свежее	210	0,840	0,840	20,580	93,240	№112,2013
	Всего		410	6,440	7,240	29,980	210,840	
	6 День							
	Завтрак	Запеканка морковная с творогом без сахара	150	15,685	8,752	24,763	240,558	№314,2013
		Чай пакетированный без сахара	150	15,685	8,752	24,763	240,558	ТТК
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
Хлеб ржано - пшеничный		15	0,705	0,105	7,470	33,645	№109,2013	
Яблоко свежее		140	0,560	0,560	13,720	62,160	№112,2013	
Всего		480	33,810	18,344	83,166	632,996		
Обед								
Обед		Овощи натуральные /огурцы свежие/	50	0,400	0,000	1,500	7,600	№106, 2013
		Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	255	2,046	5,564	10,830	101,579	№124, 2004
		Печень по-строгановски	120	16,946	12,048	8,743	211,191	№431, 2004
		Овощи весенние отварные	100	2,600	0,500	4,500	32,900	ТТК
		Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,500	0,100	13,840	58,260	ТТК
		Хлеб ржано - пшеничный	15	0,705	0,105	7,470	33,645	№ 109, сб. 2013г
		Хлеб ржано-пшеничный	37	1,739	0,259	18,426	82,991	№ 109, сб. 2013г

Варенец	762	24,937	18,576	65,309	528,166	№516,2013
Мандарины свежие	200	5,800	5,000	8,200	101,000	№112,2013
Всего	360	7,080	5,320	20,200	157,000	
Всего за две недели СМЕНА 1	5 650	356,651	280,650	880,295	7 473,635	
Среднее значение за период	470,833	29,721	23,388	73,358	622,803	
Всего за две недели СМЕНА 2	14 579	423,521	330,078	1 315,908	9 928,413	
Среднее значение за период	1 214,917	35,293	27,506	109,659	827,368	

**7-11 лет (Первая смена)**

**ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 60%)**

Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	77,0	46,2	583,9	48,6	63,1
Жиры	79,0	47,4	569,2	47,4	60,0
Углеводы	335,0	201,0	2576,2	214,7	64,1
ВитаминС	60,0	36,0	1265,8	105,5	175,8
ВитаминВ1	1,2	0,7	11,0	0,9	75,0
ВитаминВ2	1,4	0,8	32,8	2,7	192,9
ВитаминА	700,0	420,0	890,8	74,2	10,6
ВитаминD	10,0	6,0	15,3	1,3	12,7
Са	1100,0	660,0	1810,4	150,8	13,7
Р	1100,0	660,0	9758,9	8,1	0,7
Mg	250,0	150,0	2835,9	236,3	94,5
Fe	12,0	7,2	171,8	14,3	119,2
К	1100,0	660,0	30217,7	2518,0	228,9
Фтор	3,0	1,8	1301,8	108,5	3616,0
Калорийность	2350,0	1410,0	17764,3	1480,4	63,0
Иод	100,0	60,0	47,9	4,0	4,0
Селен	30,0	18,0	346,0	28,8	96,0

**7-11 лет (Вторая смена)**

**ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 50%)**

Показатели	Потребность в пищевых	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой
------------	-----------------------	-------	------------------	--------------------	-------------------------------