

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся (ОВЗ) 1-4 классов общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 162,60 руб.

с 7 до 11 лет

Сезон: осень-зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	№101, 2013
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	205	7,80	8,15	37,26	253,60	№267, 2013
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,65	0,25	17,43	78,51	№ 109, сб. 2013г
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего		619	17,14	12,91	90,82	548,01	
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	60	0,86	3,03	6,34	56,08	№1, 2000
	Свекольник со сметаной	255	2,59	5,39	20,47	140,73	№131, Пермь
	Тефтели мясные в соусе томатном	110	9,21	11,34	11,39	184,49	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	№237, 2013
	Напиток витаминизированный Черносмординовый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108, 2013
Всего	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112, 2013
	Итого	1 006	24,98	28,65	134,56	895,96	
	Итого	1 625	42,12	41,56	225,38	1443,97	
	Шаньга Сибирская	100	7,64	10,88	46,48	314,42	ТТК
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518, 2013
Всего	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
	Итого	425	9,31	11,58	76,68	448,15	
	Итого	1431	34,29	40,22	211,24	1344,11	
2 День	Омлет натуральный	150	15,92	21,55	2,73	268,57	№301, 2013
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	№630, 1994

Хлеб пшеничный	32	2,43	0,29	15,90	75,94	№ 108, сб. 2013г
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
	512	22,34	23,91	53,42	518,21	
Салат Школьный /свекла, лук репчатый, огурцы, горошек, масло растительное/	60	0,98	6,02	4,95	77,88	ТТК
Суп из овощей со сметаной	255	2,29	5,61	14,23	116,60	№135,2004
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	21	1,60	0,19	10,44	49,83	№ 108, сб. 2013г
Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	№ 109, сб. 2013г
	820	23,87	22,07	88,26	647,16	
	1332	46,22	45,97	141,69	1165,37	
Булочка Дорожная	100	8,44	12,02	54,26	359,00	№770,2004
Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112,2013
	530	14,96	19,34	86,20	578,72	
	1350	38,84	41,41	174,47	1225,88	
Завтрак	90	4,61	10,94	47,21	305,75	№ 111,2012
Бутерброд с повидлом, маслом на булочке с кунжутом	210	6,63	11,03	33,00	257,82	Пермь стр 246, таб№4 4.2004
Каша манная молочная жидкая с маслом	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
Кофейный напиток на молоке	40	1,88	0,28	19,92	89,72	№ 109, сб. 2013г
Хлеб ржано-пшеничный	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Пюре яблочное	665	16,13	24,38	128,07	796,19	
Икра кабачковая	60	0,96	3,78	4,44	55,62	№115,2013
Суп картофельный с бобовыми /горох/	250	5,44	4,48	21,60	148,46	№139,2004
Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994
Рис припущенный	150	3,72	4,33	38,92	209,52	№512,2004
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ТТК
Хлеб пшеничный	16	1,22	0,14	7,95	37,97	№ 108, сб. 2013г
Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	№ 109, сб. 2013г
	845	25,19	21,61	109,20	732,05	
	1510	41,31	45,99	237,27	1528,24	
Ромовая баба	100	6,03	9,05	63,18	358,29	ТТК
Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№518,2013
Мандарины свежие	140	1,12	0,28	10,50	49,00	№112,2013
	440	7,89	9,88	93,92	496,16	
	1285	33,07	31,49	203,12	1228,21	
Завтрак	140	22,29	6,70	32,49	279,46	№366,2004
Запеканка из творога с соусом из кураги	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
Чай с сахаром						

Маршала Мордовский	600	0,11	0,11	0,11	0,11	№ 109, сб. 2013г
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	60	0,11	0,11	0,11	0,11	№ 112, 2013
Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	205	1,70	3,75	5,71	80,84	№612, 2004
Пюре картофельное	100	12,85	14,56	11,98	88,45	№110, 2004
Напиток мандариновый	150	3,36	4,70	13,72	237,31	ТТК
Хлеб пшеничный	200	0,18	0,01	26,43	161,40	№ 112, 2013

	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,25	13,92	66,44	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,27	0,19	13,45	60,56	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№ 112, 2013
	Яблоко свежее	700	16,33	15,00	97,38	589,79	
Всего		100	2,35	15,56	10,42	191,10	№ 32, 2000
Обед	Салат Бабушкин салатик /картофель, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, яйцо, масло/	200	2,32	4,15	18,77	121,74	№ 140, 2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	17,48	9,89	12,47	208,83	ТТК
	Котлета Мозаика	150	3,86	5,33	17,53	133,49	№ 534, 2004
	Капуста тушеная	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	16	1,22	0,14	7,95	37,97	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	783	28,03	35,19	92,09	797,17	
	Итого	1 483	44,36	50,19	189,47	1386,96	№ 3, 2004
Полдник	Бутерброд с сыром и маслом	55	6,38	11,51	15,04	189,27	№ 518, 2013
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№ 112, 2013
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	
	Итого	435	7,84	12,78	52,92	358,06	
Всего		1218	35,86	47,97	145,01	1155,23	
2 неделя							
1 день							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	№ 1, 2004
	Макаронные изделия отварные с сыром	200	11,34	15,23	37,82	333,65	№ 333, 2004
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,33	18,39	87,80	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	38	1,79	0,27	18,92	85,23	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
	Пюре яблочное	637	16,74	23,45	105,42	707,70	
	Итого	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№ 115, 2013
Обед	Икра кабачковая	250	5,44	4,48	21,60	148,46	№ 139, 2004
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	100	15,83	2,23	12,38	132,87	ТТК
	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	150	4,66	5,98	33,21	205,34	стр 247, таб №4, 2004
	Каша перловая рассыпчатая	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	26	1,98	0,23	12,92	61,70	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	852	30,89	19,56	114,36	757,07	
	Итого	1 489	49,63	43,02	219,78	1464,77	
Полдник	Булочка Дорожная	200	14,61	15,42	40,63	359,77	№ 770, 2004
	Нектар в ассортименте	200	0,74	0,55	20,24	88,87	№ 518, 2013
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
	Итого	426	16,29	16,12	70,83	497,80	
Всего							

Всего	150	16,46	6,08	45,45	401,98	
Итого	200	1,78	1,65	12,35	71,47	№ 30, 2013г
Всего	40	1,04	0,16	16,88	94,93	№ 108, сб. 2013г
Итого	28	1,32	0,20	13,94	62,93	№ 108, сб. 2013г
Всего	90	0,72	0,18	13,94	62,93	№ 108, сб. 2013г

Хлеб ржано-пшеничный	1 439	40,95	6,53	43,26	88,87	№518,2013
Хлеб ржано-пшеничный	100	12,81	0,55	20,24	42,00	№112,2013
Хлеб ржано-пшеничный	200	0,74	0,24	9,00		
Хлеб ржано-пшеничный	120	0,96				
Ватрушка с творогом						
Нектар в ассортименте						
Мандарины свежие						

	1	2	3	4	5	6
Завтрак						
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	№105,2013
Омлет с запеченным картофелем	180	14,93	29,92	26,24	433,96	
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
Хлеб пшеничный	18	1,37	0,16	8,95	42,71	№108,2013
Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего	533	17,52	37,52	55,32	629,08	
Обед	60	0,80	9,05	6,44	110,41	№35,2000
Салат Овощной букет/картофель, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло/						
Суп картофельный с рисом	250	2,21	5,17	20,44	137,07	№138, 2004
Гуляш из филе птицы	100	17,13	6,90	5,03	150,77	№ 378,2012
Бобовые отварные /горох/	150	14,81	6,33	35,73	259,17	№514,2004
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,43	59,33	№108,2013
Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
Всего	805	38,84	27,87	110,20	847,02	
Итого	1 338	56,36	65,40	165,52	1476,10	
Полдник	60	7,10	7,98	19,95	179,96	№2, 2004
Бутерброд с сыром и маслом	200	5,40	5,00	21,60	153,00	№516,2013
Снежок	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
Яблоко свежее	450	13,26	13,74	60,17	417,32	
Всего	1255	52,10	41,61	170,37	1264,33	
Итого	16 918,00	547,47	531,63	2302,22	16183,39	
Всего за две недели СМЕНА 1						
Среднее значение за период	1 409,83	45,62	44,30	191,85	1348,62	
Всего за две недели СМЕНА 2	15 398,00	472,12	465,25	2187,67	14826,39	
Среднее значение за период	1 283,17	39,34	38,77	182,31	1235,53	