

СОГЛАСОВАНО  
Директор

26 августа 2024

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ "Комбинат питания"  
Волков П.Г.  
26 августа 2024

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: осень- зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	205	7,80	8,15	31,28	229,65	ТТК
	Чай пакетированный без сахара	205	7,80	8,15	31,28	229,65	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Яблоко свежее	240	0,96	0,96	23,52	106,56	№112,2013
Всего		704	19,10	17,64	112,96	686,98	
Итого		704	19,10	17,64	112,96	686,98	
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	100	0,80	0,00	3,00	15,20	№106, 2013
	Свекольник со сметаной	260	2,74	5,89	20,62	146,41	№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
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	13,84	58,26	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,75	0,11	7,97	35,89	№109, сб. 2013г
Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013	
Всего		941	24,85	25,58	115,63	792,18	
Полдник	Кефир	200	6,00	0,10	7,60	55,30	
	Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
	Всего	450	7,00	1,10	32,10	166,30	
Итого		1 391	31,85	26,68	147,73	958,48	
2 День	Омлет натуральный	180	19,04	25,98	3,33	323,32	№301,2013
	Чай пакетированный без сахара	180	19,04	25,98	3,33	323,32	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
Всего		390	39,49	52,17	21,60	713,93	
Итого		390	39,49	52,17	21,60	713,93	

Обед	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	
	Гуляш из филе птицы	90	15,39	6,26	4,50	135,93	№ 378,2012	
	Фасоль стручковая отварная	150	2,70	0,30	6,45	39,30	ТТК	
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	3,92	17,76	ТТК	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013	
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, с6. 2013г	
	Всего	806	23,92	18,71	59,46	501,85		
	Полдник	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
		Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
	Всего		310	6,48	6,62	17,65	156,10	
	Итого		1 116	30,40	25,33	77,11	657,95	
	3 День							
	Завтрак	Сыр порционный	15	4,06	4,03	0,00	52,50	№101,2013
		Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	205	6,72	7,31	34,68	231,37	№265, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	6,72	7,31	34,68	231,37		
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, с6. 2013г	
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,03	0,15	10,96	49,35	№ 109, с6. 2013г	
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013	
Всего		653	20,47	19,71	110,90	702,82		
Итого		653	20,47	19,71	110,90	702,82		
Обед	Овощи натуральные /помидоры свежие/	60	0,36	0,00	2,52	11,52		
	Суп картофельный с бобовыми /горох/	200	4,35	4,38	17,28	125,96	№139, 2004	
	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	150	12,28	8,46	7,19	154,06	№309/3,1994	
	Овощи весенние отварные	150	3,90	0,75	6,75	49,35	ТТК	
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	0,48	2,64	ТТК	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013	
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	№ 109, с6. 2013г	
Всего		802	23,01	13,91	55,14	437,74		
Полдник	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013	
	Яблоко свежее	210	0,84	0,84	20,58	93,24	№112,2013	
Всего		410	6,64	5,84	28,78	194,24		
Итого		1 212	29,65	19,75	83,92	631,98		
4 День								
Завтрак	Запеканка из творога	120	22,18	6,70	11,01	193,02	ТТК	
	Чай пакетированный без сахара	120	22,18	6,70	11,01	193,02	ТТК	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013	
Всего		270	45,77	13,60	36,96	453,33		
Итого		270	45,77	13,60	36,96	453,33		
Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	2,08	4,56	14,93	109,15	№110, 2004	
	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	100	12,85	14,56	13,72	237,31	ТТК	

	Капуста цветная отварная	150	3,75	0,00	7,35	44,40	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	1,65	7,70	№699, 2004
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	№ 109, сб. 2013г
<b>Всего</b>		<b>854</b>	<b>22,51</b>	<b>29,62</b>	<b>71,38</b>	<b>642,19</b>	
<b>Полдник</b>		<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>0,10</b>	<b>7,60</b>	<b>55,30</b>	
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>400</b>	<b>6,80</b>	<b>0,90</b>	<b>27,20</b>	<b>144,10</b>	
<b>Итого</b>		<b>1 254</b>	<b>29,31</b>	<b>30,52</b>	<b>98,58</b>	<b>786,29</b>	
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>		<b>30</b>	<b>8,04</b>	<b>7,98</b>	<b>0,00</b>	<b>103,98</b>	№101, 2013
	Сыр порционный	210	7,81	11,03	33,52	264,57	№255, 2013
	Каша яичневая вязкая с маслом	210	7,81	11,03	33,52	264,57	ТТК
	Чай пакетированный без сахара	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	495	25,78	30,35	89,44	734,05	
<b>Всего</b>		<b>495</b>	<b>25,78</b>	<b>30,35</b>	<b>89,44</b>	<b>734,05</b>	
<b>Итого</b>		<b>495</b>	<b>25,78</b>	<b>30,35</b>	<b>89,44</b>	<b>734,05</b>	
<b>Обед</b>		<b>60</b>	<b>0,78</b>	<b>6,09</b>	<b>7,05</b>	<b>86,08</b>	№13, 2000
	Салат Золотая осень /капуста, морковь, яблоко, кукуруза, масло/						
	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,57	6,16	19,91	145,32	№132, 2004
	Филе птицы тушеное в сметанном соусе	100	17,06	6,61	3,26	140,75	№493, 2004
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	№237, 2013
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	13,84	58,26	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>1 025</b>	<b>33,35</b>	<b>27,93</b>	<b>131,91</b>	<b>912,40</b>	
<b>Полдник</b>		<b>200</b>	<b>5,60</b>	<b>6,40</b>	<b>9,40</b>	<b>117,60</b>	№515, 2013
	Молоко кипяченое	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112, 2013
	Мандарины свежие	300	6,40	6,60	16,90	152,60	
<b>Всего</b>		<b>1 325</b>	<b>39,75</b>	<b>34,53</b>	<b>148,81</b>	<b>1065,00</b>	
<b>Итого</b>		<b>1 325</b>	<b>39,75</b>	<b>34,53</b>	<b>148,81</b>	<b>1065,00</b>	
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>		<b>205</b>	<b>7,28</b>	<b>8,99</b>	<b>23,51</b>	<b>204,01</b>	№266, 2013
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	205	7,28	8,99	23,51	204,01	ТТК
	Чай пакетированный без сахара	32	1,50	0,22	15,94	71,78	№ 109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	220	0,88	0,88	21,56	97,68	№112, 2013
	Яблоко свежее	662	16,93	19,08	84,51	577,48	
<b>Всего</b>		<b>662</b>	<b>16,93</b>	<b>19,08</b>	<b>84,51</b>	<b>577,48</b>	
<b>Итого</b>		<b>662</b>	<b>16,93</b>	<b>19,08</b>	<b>84,51</b>	<b>577,48</b>	
<b>Обед</b>		<b>60</b>	<b>1,41</b>	<b>9,34</b>	<b>6,25</b>	<b>114,66</b>	№32, 2000
	Салат Бабушкин салатик /картофель, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, яйцо, масло/						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,90	5,19	23,47	152,17	№140, 2004
	Котлета Мозаика	100	17,48	9,89	12,47	208,83	ТТК

	Капуста тушеная	150	3,86	5,33	17,53	133,49	№534,2004
	Компот из плодов или ягод сушеных (курата)	200	1,04	0,06	10,20	45,50	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
		911	29,89	30,36	102,82	804,04	
Всего	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
Полдник	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
		380	6,52	5,72	25,84	180,92	
Всего		1 291	36,41	36,08	128,66	984,96	
Итого							
2 неделя							
1 День							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	205	6,72	7,31	34,68	231,37	№265, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	6,72	7,31	34,68	231,37	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	21	0,99	0,15	10,46	47,10	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	№109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
		648	18,66	18,31	106,90	666,99	
Всего		648	18,66	18,31	106,90	666,99	
Итого		60	0,96	3,78	4,44	55,62	№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						стр 247, таб №4,
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,66	5,98	33,21	205,34	2004
		200	0,16	0,16	3,92	17,76	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
	Мандарины свежие	915	30,44	17,21	110,44	718,42	
Всего	Кефир	200	6,00	0,10	7,60	55,30	
Полдник	Яблоко свежее	230	0,92	0,92	22,54	102,12	№112,2013
		430	6,92	1,02	30,14	157,42	
Всего		1 345	37,36	18,23	140,58	875,84	
Итого							
2 День							
Завтрак	Запеканка из творога	120	22,18	6,70	11,01	193,02	ТТК
	Чай пакетированный без сахара	120	22,18	6,70	11,01	193,02	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,08	0,16	11,45	51,59	№109, сб. 2013г
		288	46,61	13,73	45,92	493,70	
Всего		288	46,61	13,73	45,92	493,70	
Итого							
Обед	Салат Веснушка / капуста свежая, кукуруза	100	1,70	5,06	10,77	95,38	№6,2000
	консервированная, масло/						
	Рассольник Ленинградский со сметаной	255	2,42	5,66	19,76	139,64	№132,2004

	Печень по-строгановски	100	8,17	7,84	6,01	127,28	№431, 2004
	Овощи весенние отварные	150	3,90	0,75	6,75	49,35	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	1,65	7,70	№699, 2004
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,85	0,13	8,96	40,37	№109, сб. 2013г
<b>Всего</b>		<b>848</b>	<b>18,39</b>	<b>19,65</b>	<b>66,35</b>	<b>515,79</b>	
<b>Полдник</b>		<b>200</b>	<b>5,60</b>	<b>6,40</b>	<b>9,40</b>	<b>117,60</b>	№515, 2013
	Молоко кипяченое	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>400</b>	<b>6,40</b>	<b>7,20</b>	<b>29,00</b>	<b>206,40</b>	
<b>Итого</b>		<b>1 248</b>	<b>24,79</b>	<b>26,85</b>	<b>95,35</b>	<b>722,19</b>	
<b>3 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Каша ячневая вязкая с маслом	205	7,77	7,40	33,45	231,52	№255, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	7,77	7,40	33,45	231,52	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,80	0,12	8,47	38,13	№109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>607</b>	<b>17,07</b>	<b>15,64</b>	<b>93,01</b>	<b>581,10</b>	
<b>Итого</b>		<b>607</b>	<b>17,07</b>	<b>15,64</b>	<b>93,01</b>	<b>581,10</b>	
<b>Обед</b>		<b>60</b>	<b>0,36</b>	<b>0,00</b>	<b>2,52</b>	<b>11,52</b>	
	Овощи натуральные /помидоры свежие/	205	1,68	4,55	8,74	82,64	№124, 2004
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	100	20,17	8,09	15,99	217,46	№498, 2004
	Котлеты рубленные из филе птицы	150	4,20	0,60	6,00	46,20	ТТК
	Капуста брокколи отварная	200	0,50	0,10	13,84	58,26	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	740	26,40	8,97	50,80	472,15	
<b>Всего</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,20</b>	<b>101,00</b>	№516, 2013
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>7,50</b>	<b>35,00</b>	№112, 2013
<b>4 День</b>		<b>300</b>	<b>6,60</b>	<b>5,20</b>	<b>15,70</b>	<b>136,00</b>	
	Варенец	1040	33,00	14,17	66,50	608,15	
<b>Всего</b>		<b>200</b>	<b>26,73</b>	<b>29,97</b>	<b>3,54</b>	<b>390,79</b>	№309, 2013
<b>Итого</b>		<b>200</b>	<b>26,73</b>	<b>29,97</b>	<b>3,54</b>	<b>390,79</b>	ТТК
<b>4 День</b>		<b>31</b>	<b>1,46</b>	<b>0,22</b>	<b>15,44</b>	<b>69,53</b>	№109, сб. 2013г
<b>Завтрак</b>		<b>431</b>	<b>54,91</b>	<b>60,15</b>	<b>22,53</b>	<b>851,11</b>	
	Омлет с сыром	431	54,91	60,15	22,53	851,11	
	Чай пакетированный без сахара	200	26,73	29,97	3,54	390,79	
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,46	0,22	15,44	69,53	
<b>Всего</b>		<b>60</b>	<b>0,93</b>	<b>3,00</b>	<b>5,97</b>	<b>54,62</b>	№43, 2004
<b>Итого</b>		<b>431</b>	<b>54,91</b>	<b>60,15</b>	<b>22,53</b>	<b>851,11</b>	
<b>Обед</b>		<b>60</b>	<b>0,93</b>	<b>3,00</b>	<b>5,97</b>	<b>54,62</b>	
	с/т из белокачанной капусты /капуста, морковь, масло растительное/	250	2,90	5,19	23,47	152,17	№140, 2004
	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	10,86	6,00	10,95	141,26	ТТК
	Котлета Любительская из минтая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	№237, 2013
	Каша гречневая рассыпчатая	200	0,14	0,02	0,48	2,64	ТТК
	Напиток лимонный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	№109, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	200	0,80	0,80	19,60	88,80	№112, 2013
<b>Всего</b>		<b>1 017</b>	<b>27,37</b>	<b>23,20</b>	<b>129,71</b>	<b>837,18</b>	

Полдник	Кефир	200	6,00	0,10	7,60	55,30	
	Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013
Всего		460	7,04	1,14	33,08	170,74	
Итого		1 477	34,41	24,34	162,79	1007,92	
5 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	205	7,28	8,99	23,51	204,01	№266,2013
	Чай пакетированный без сахара	205	7,28	8,99	23,51	204,01	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	19	0,89	0,13	9,46	42,62	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6,00	28,00	№112,2013
Всего		539	19,70	21,07	72,43	558,16	
Итого		539	19,70	21,07	72,43	558,16	
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	60	0,48	0,00	1,80	9,12	
	Суп из овощей со сметаной	205	1,85	4,59	11,38	94,22	№135,2004
	Биточки мясные в соусе красном основном	100	14,37	10,70	13,77	208,86	ТТК
	Фасоль стручковая отварная	150	2,70	0,30	6,45	39,30	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	№109,2013
Всего		740	21,62	15,82	66,03	492,99	
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	117,60	№515,2013
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№112,2013
Всего		300	6,40	6,60	16,90	152,60	
Итого		1 040	28,02	22,42	82,93	645,59	
6 день							
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	205	6,72	7,31	34,68	231,37	№265, 2013
	Чай пакетированный без сахара	205	6,72	7,31	34,68	231,37	
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,13	0,17	11,95	53,83	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	220	0,88	0,88	21,56	97,68	№112,2013
Всего		654	15,45	15,67	102,86	614,25	
Итого		654	15,45	15,67	102,86	614,25	
Обед	Салат Овощной букет/картофель, огурцы консервированные, лук репчатый, морковь, масло/	60	0,80	9,05	6,44	110,41	№35,2000
	Суп картофельный с рисом	200	1,76	4,13	16,35	109,66	№138, 2004
	Гуляш из филе птицы	90	15,39	6,26	4,50	135,93	№ 378,2012
	Капуста цветная отварная	150	3,75	0,00	7,35	44,40	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	10,20	45,50	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,11	7,97	35,89	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,71	0,11	7,47	33,65	№109,2013
Всего		715	24,21	19,72	60,29	515,42	
Полдник	Варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	№516,2013
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
Всего		380	6,52	5,72	25,84	180,92	
Итого		1 095	30,73	25,44	86,13	696,34	