

СОГЛАСОВАНО
Директор

Ирина Соловьева

26 августа 2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ "Комбинат питания"
Волков И.А.
28 августа 2024



Примерное меню для питания детей с ограниченными возможностями здоровья, сопровождающихся ограничением в питании (Фенилкетонурия) в школьных столовых, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания", 166,56 руб (ФКУ)

7-11 лет

Сезон: осень - зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 неделя								
1 день								
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	100	1,43	5,06	10,56	93,46	№1,2000	
	Каша гречневая низкобелковая отварная с маслом	150	0,06	5,44	0,10	49,57	№237, 2013	
	Чай пакетированный с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,92	ТТК	
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.	
	Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром.	
	Мандарины свежие	110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013	
	Яблоко свежее	210	0,84	0,84	20,58	93,24	№112,2013	
Всего		1 000	3,61	13,09	67,01	400,11		
2 День								
Обед	Салат Школьный /свекла, лук репчатый, огурцы, горошек, масло растительное/	100	1,64	10,03	8,25	129,79	ТТК	
	Картофель отварной	150	2,95	3,95	28,73	162,30	№518, 2004	
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК	
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.	
	Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром.	
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром.	
	Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013	
	Всего		1 065	7,13	16,86	103,86	595,50	
	3 день							
	Обед	Икра кабачковая	80	1,28	5,04	5,92	74,16	№115,2013
Рис низкобелковый отварной с маслом		100	0,04	3,26	0,06	29,74	ТТК	
Напиток из плодов шиповника		200	0,68	0,28	19,64	83,80	№705,2004, ТТК	
Хлебобулочные изделия (безбелковый)		30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.	
Мандарины свежие		70	0,56	0,14	5,25	24,50	№112,2013	
Всего			480	2,76	10,22	44,37	296,00	
4 день								
Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004	
	Каша гречневая низкобелковая отварная с маслом	150	0,06	5,44	0,10	49,57	№237, 2013	
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	25,60	103,51	№699, 2004	

Всего	200	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.
5 День	125	0,94	0,04	4,04	17,32	пром.
	220	0,88	0,14	9,96	44,86	пром.
	1 025	3,04	0,88	21,56	97,68	№112,2013
Обед						
	100	1,30	10,15	11,75	143,46	№13, 2000
		0,05	4,89	0,09	44,61	ТТК
	150	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.
	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром.
	905	3,99	17,02	70,65	451,53	№112,2013
Обед						
	100	1,60	6,30	7,40	92,70	№115,2013
	150	0,06	5,44	0,10	49,57	№237, 2013
	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.
	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром.
	90	0,72	0,18	6,75	31,50	пром.
	895	3,88	13,76	55,65	361,73	№112,2013
Обед						
	100	1,70	5,06	10,77	95,38	№6,2000
	150	0,05	4,89	0,09	44,61	ТТК
	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.
	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром.
	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
	930	3,33	12,53	64,53	384,03	
Обед						
	100	1,14	10,08	9,07	131,54	№7,2013
	100	0,04	3,26	0,06	29,74	ТТК
	200	0,00	0,00	9,98	39,92	ТТК
	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.
	190	0,76	0,76	18,62	84,36	№112,2013
	620	2,14	15,60	51,23	353,66	
Всего						
4 День						
Обед						
	100	1,55	5,01	9,95	91,03	№43,2004
	120	2,36	3,16	22,99	129,84	№518, 2004
	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.

Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром.
Мандарины свежие	160	1,28	0,32	12,00	56,00	№112,2013
Яблоко свежее	250	1,00	1,00	24,50	111,00	№112,2013
Всего	1 060	6,74	11,04	97,43	515,85	
5 День						
Обед	100	1,22	10,07	8,34	128,89	№71, 2004
Винегрет овощной	150	0,05	4,89	0,09	44,61	ТТК
Макаронные изделия низкобелковые отварные с маслом	200	0,00	0,00	9,98	39,92	ТТК
Чай пакетированный с сахаром	30	0,20	1,50	13,50	68,10	пром.
Хлебобулочные изделия (безбелковый)	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром.
Сок т/п	70	0,56	0,14	5,25	24,50	№112,2013
Мандарины свежие	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
Яблоко свежее	930	2,95	17,37	58,83	403,26	
Всего	8 910	39,56	144,10	703,83	4284,30	
Всего за две недели Обед 2	891	3,96	14,41	70,38	428,43	
Среднее значение за период						

7-11 лет

Показатели	ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 60%)				Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 10 дней	Среднее за 10 дней	
Белки	77,00	26,95	34,56	3,46	4,49
Жиры	79,00	27,65	130,09	13,01	16,47
Углеводы	335,00	117,25	522,81	52,28	15,61
ВитаминС	60,00	21,00	827,46	82,75	137,91
ВитаминВ1	1,20	0,42	1,48	0,15	12,33
ВитаминВ2	1,40	0,49	1,09	0,11	7,79
ВитаминА	700,00	245,00	1,07	0,11	0,02
ВитаминD	10,00	3,50	0,00	0,00	0,00
Са	1100,00	385,00	978,88	97,89	8,90
Р	1100,00	385,00	734,95	73,50	6,68
Mg	250,00	87,50	516,22	51,62	20,65
Fe	12,00	4,20	58,16	5,82	48,47
К	1100,00	385,00	10710,89	1071,09	97,37
Фтор	3,00	1,05	32,29	3,23	107,63
Калорийность	2350,00	822,50	3400,29	340,03	14,47
Иод	100,00	35,00	0,88	0,09	0,09
Селен	30,00	10,50	59,42	5,94	19,81