

Согласовано:

Директор КТИХО г. Тольятти

С.М. Мельникова

Согласовано:

Председатель родительского комитета

О.В. Отставнова

Утверждаю:

Директор ООО «ЛАЙМ»

И.С. Мищенко

Циклическое 10 – дневное меню для предоставления горячего питания учащимся с ОВЗ образовательного учреждения КТИХО г. Тольятти с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета

№ п/п	№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции в граммах	Цена продаж	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины				Минералы			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Неделя первая, день первый, обед																
1	137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	35,00	8,9	5,2	17,4	153	0,14	11	0,23	0,3	29	126	36	2,0
2	520/3	Пюре картофельное	150	35,00	3,1	5,4	20,3	141	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1
3	582	Соус красный,основной	50	2,55	0,6	2,5	3,2	42	0,01	1	0,11	0,6	4	8	3	0,1
4	495	Колбасное изделие	50	24,00	14,2	2,9	0,4	85	0,04	9	0,11	0,3	26	103	16	1
5	685	Чай с сахаром	200	12,00	0,2	0,1	15,0	60	0	0	0	0	5	8	4	1
6	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95
7	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95
Полдник																
8	пром	Сок 0,2 в ас-те	200	30,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
9	пром	Кондитерское изд. в ас-те	50	20,00	3,2	8,4	34,5	226	24,7	-	0,04	0,3	10,25	35,8	7,00	2,3
Итого:			170,55			1026,25										
Неделя первая, день второй, обед																
1	109	Борщ	200	35,00	2,7	4,1	8,9	83	0,01	11	0,20	0,2	45	43	21	1
2	332	Макаронные изделия отварные	155	25,00	5,6	4,8	31,9	194	0,06	0	0	0,8	4	36	7	0,8
3	461	Тефтели	80	44,00	9,5	10,4	6,8	159	0,04	2	0	3,0	9	82	12	1
4	685	Чай с сахаром	200	12,00	0,2	0,1	15,0	60	0	0	0	0	5	8	4	1
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95
6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95
Полдник																
7	пром	Сок 0,2 в ас-те	200	25,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
8	пром	Кондитерское изд. в ас-те	50	17,55	3,2	8,4	34,5	226	24,7	-	0,04	0,3	10,25	35,8	7,00	2,3
Итого:			170,55			1083,25										
Неделя первая, день третий, обед																
1	140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	35,00	3,9	2,8	20,0	121	0,11	8	0,20	0,3	23	64	25	1,0
2	512/3	Рис припущенный с овощами	150	32,00	5,7	8,7	34,8	241	0,05	27	0,43	1,1	22	88	33	0,8
3	386	Биточек	80	44,00	9,3	7,1	8,5	135	0,05	27	0,43	0,43	22	88	33	0,8
4	685	Чай с сахаром	200	12,00	0,2	0,1	15,0	60	0	0	0	0	5	8	4	1
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95

6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95
Полдник																
7	пром	Йогурт	125	20,55	3,5	4,0	5,6	72,5	-	-	-	-	-	-	-	-
8	ТК	Бисквит	100	15,00	9,9	6,8	57,9	332	0,08	0	0,15	1,34	37,8	133,5	10,3	1,9
Итого:			170,55				1197,75									
Неделя первая, день четвертый, обед																
1	124	Щи из свежей капусты	200	35,00	2,8	4,1	7,6	80	0,06	22	0,20	0,2	35	47	21	0,8
2	508/3	Каша рассыпчатая гречневая	150	32,00	8,5	6,3	38,7	245	0,21	0	0,03	0,6	14	202	135	4,5
3	ТК	Гуляш из филе куриного в молочном соусе	50/50	52,00	12,5	16,9	3,3	215	0,05	1	0,07	1,4	41	126	14	1,9
4	588	Напиток яблочный	200	12,00	0,2	0,1	15,0	60	0	0	0	0	5	8	4	1
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95
6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95
Полдник																
7	ТК	Десерт фруктовый (яблоко)	100	27,55	0,4	0,3	10,3	46	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3
Итого:			170,55				862,25									
Неделя первая, день пятый,обед																
1	124	Щи из свежей капусты	200	35,00	2,8	4,1	7,6	80	0,06	22	0,20	0,2	35	47	21	0,8
2	181	Картофельное пюре с морковью	150	35,00	2,5	7,3	15,9	140	0,11	4	0,56	0,3	33	71	28	1,0
3	391	Шницель рыбный с овощами	80	42,00	8,9	6,7	4,5	114	0,05	2	0,05	2,7	26	110	12	0,9
4	685	Чай с сахаром	200	12,00	0,2	0,1	15,0	60	0	0	0	0	5	8	4	1
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95
6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95
Полдник																
7	пром	Сок 0,2 в ас-те	200	20,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
8	пром	Кондитерское изд. в ас-те	50	14,55	3,2	8,4	34,5	226	24,7	-	0,04	0,3	10,25	35,8	7,00	2,3
Итого:			170,55				939,25									
Неделя вторая,день первый,обед																
1	153	Суп с крупой и фрикадельками	250	35,00	8,3	5,1	11,7	126	0,04	1	0,20	0,4	25	116	19	1,3
2	333	Макароны	150	26,00	7,1	15,9	27,1	281	0,05	0	0,1	0,8	93	83	9	0,8
3	ТК435	Гуляш из мяса индейки	50/50	56,00	16,0	11,8	3,3	184	0,05	2	0,03	0,9	18	155	19	1,4
4	685	Чай с сахаром	200	12,00	0,2	0,1	15,0	60	0	0	0	0	5	8	4	1
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95
6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95
Полдник																
7	пром	Сок в ассортименте	200	20,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
8	пром	Кондитерское изд. в ас-те	50	17,55	3,2	8,4	34,5	226	24,7	-	0,04	0,3	10,25	35,8	7,00	2,3
Итого:			170,55				1196,25									
Неделя вторая,день второй,обед																
1	135	Суп из овощей	250	35,00	3,0	4,2	10,2	91	0,08	11	0,22	0,2	30	53	22	0,8
2	492	Плов из птицы	200	60,00	17,9	13,7	27,7	306	0,08	11	0,22	4,4	37	188	37	12
3	588	Напиток яблочный	200	12,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
4	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95
5	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95

Полдник																	
6	пром	Десерт фруктовый (апельсин)	100	34,55	0,72	0,16	6,48	0,02	48,00	0,03	0,72	27,20	-	-	-	-	
7	ТК	Булочка сахарная	70	17,00	4,3	6,6	30,4	199	0,07	0	0,04	1,4	10	39	6	0,4	
Итого:			170,55					915,37									
Неделя вторая, день третий, обед																	
1	109	Борщ	250	35,00	2,7	4,1	8,9	83	0,01	11	0,20	0,2	45	43	21	1	
2	ТК460	Рис отварной с овощами	150	32,00	4,8	4,5	30,8	183	0,04	1	0,42	2,7	10	70	26	0,8	
3	ТК431	Голубцы ленивые	80	44,00	10,1	11,1	6,2	168	0,04	15	0	2,6	38	95	22	2	
4	588	Напиток яблочный	200	12,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1	
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95	
6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95	
Полдник																	
7	ТК	Десерт фруктовый (яблоко)	100	20,00	0,4	0,3	10,3	46	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3	
8	пром	Кондитерское изд. в ас-те	50	15,55	3,2	8,4	34,5	226	24,7	-	0,04	0,3	10,25	35,8	7,00	2,3	
Итого:			170,55					1025,25									
Неделя вторая, день четвертый, обед																	
1	115	Борщ с фасолью	250	35,00	3,1	4,2	15,1	111	0,07	10	0,21	0,2	36	63	28	1,3	
2	436	Жаркое по-домашнему	200	65,00	16,9	16,1	13,4	266	0,10	5	0,01	2,2	21	190	36	3	
3	705	Напиток из плодов шиповника	200	20,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1	
4	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95	
5	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95	
Полдник																	
6	пром	Сок в ассортименте	200	25,00	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1	
7	ТК	Булочка сахарная	70	13,55	4,3	6,6	30,4	199	0,07	0	0,04	1,4	10	39	6	0,4	
Итого:			170,55					998,25									
Неделя вторая, день пятый, обед																	
1	115	Борщ с фасолью	250	35,00	3,1	4,2	15,1	111	0,07	10	0,21	0,2	36	63	28	1,3	
2	217	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	35,00	3,2	9,2	19,1	172	0,11	18	0,15	3,7	19	70	28	1	
3	501	Котлета рубленая	80	44,00	16,2	20,6	0,3	252	0,06	0	0,10	3,2	28	183	18	2,8	
4	686	Чай с лимоном	200	12,00	0,3	0,1	15,2	62	0	3	0	0	8	10	5	1	
5	пром	Хлеб пшеничный	50	6,00	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0	0	3,80	10,00	32,50	7,00	1,95	
6	пром	Хлеб ржаной	50	6,00	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0	0	3,40	23,50	78,50	24,50	1,95	
Полдник																	
7	пром	Йогурт	125	20,00	3,5	4,0	5,6	72,5	-	-	-	-	-	-	-	-	
8	пром	Кондитерское изд. в ас-те	50	12,55	3,2	8,4	34,5	226	24,7	-	0,04	0,3	10,25	35,8	7,00	2,3	
Итого:			170,55					1111,75									