

Автономная некоммерческая организация «Стандарты социального питания»

**МЕНЮ ГОРЯЧИХ ОБЕДОВ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ В ВОЗРАСТЕ 7-11 ЛЕТ
с 01.11.2021г. (сезон осень-зима)**

2021 г.

Меню обедов для обучающихся 7-11 лет с ОВЗ с 01.11.2021г. по 31.12.2021г. (сезон осень-зима)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Пшеничные вещества			Энергетическая ценность	Витамины			Минеральные вещества						Фтор	Селен			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	В	С	Д	Кальций (мг)	Фосфор (мг)			Магний (мг)	Железо (мг)	Калий (мг)
101	Консервы овощные закусочные Огурцы консервированные 20	20	0,12	0,02	0,26	2,00	0,02	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,21	74,00	0,00	0,00	0,01
135	Суп из овощей со сметаной 200/5 с сентября	205	1,77	5,69	15,09	96,00	0,07	0,06	2,10	0,20	0,00	0,00	80,60	150,13	20,73	0,74	35,00	0,01	0,00	0,03
491	Чахохбили из филе куриного 45/45 с сентября	90	13,61	13,1	7,45	196,00	0,11	0,14	9,55	0,20	0,80	0,80	144,64	153,66	15,60	0,73	192,90	0,01	0,00	0,01
302	Каша вязкая рисовая 145/5	150	3,51	6,01	30,98	157,00	0,05	0,03	0,00	0,10	0,00	0,00	123,20	123,20	15,35	0,44	12,67	0,00	0,00	0,00
ТПК 7	Чай с сахаром 200	200	3,42	0,36	23,98	107,00	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	29,25	6,30	6,30	0,50	41,85	0,01	0,00	0,01
	Хлеб пшеничный 45	45	3,42	0,36	23,98	107,00	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	29,25	6,30	6,30	0,50	41,85	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
ТТК 12	Печенье "Ромашка" 35г (печенье сахарное)	35	2,24	5,88	23,98	157,85	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	8,40	1,26	0,08	10,90	0,00	0,00	0,08
	Итого	789,00	27,10	31,47	115,59	797,85	0,35	0,29	13,15	0,50	0,80	388,18	522,04	85,20	3,80	461,03	0,05	0,80	0,08	0,08
48	Капуста квашеная 60	60	0,80	0,10	1,60	50,30	0,02	0,02	5,00	0,03	0,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	41,00	0,00	0,00	0,02
132	Рассольник ленинградский со сметаной 200/5	205	1,89	4,94	15,37	97,00	0,09	0,06	1,50	0,07	0,00	0,00	24,06	170,47	2,28	0,84	139,39	0,01	0,00	0,01
463	Тфтели из говядины с томатным соусом 60/50	110	11,07	12,73	10,00	199,00	0,05	0,13	5,86	0,01	0,00	0,00	26,05	36,77	1,28	0,42	14,55	0,01	0,00	0,01
318	Картофель отварной 150 с сентября	150	3,03	4,93	24,49	159,00	0,18	0,11	3,00	0,02	0,00	0,00	20,23	188,94	3,48	0,14	85,29	0,00	0,00	0,02
ТТК 5	Компот (напиток) из сухофруктов 200	200	0,66	0,09	32,01	60,00	0,01	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	32,50	23,44	17,46	0,70	11,64	0,00	0,00	0,01
	Хлеб пшеничный 40	40	3,04	0,32	21,32	95,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	37,20	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
338	Фрукты свежие (яблоки) 123	123	0,492	0,492	12,054	57,80	0,04	0,03	21,45	0,04	0,00	0,00	20,80	14,30	11,70	0,30	11,38	0,00	0,00	0,01
	Итого	852,00	28,35	35,38	116,37	829,80	0,32	0,47	51,60	0,32	0,20	379,10	673,71	86,61	4,09	367,17	0,06	0,00	0,00	0,15
43	Салат из пекинской капусты 60 г с сентября	60	0,93	3,05	5,65	32,00	0,02	0,02	5,00	0,03	0,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	41,00	0,00	0,00	0,02
339	Суп картофельный с горохом 200 с ноября	200	8,82	20,27	20,18	317,00	0,30	0,15	14,50	0,05	0,00	0,00	55,81	195,97	4,55	0,33	160,80	0,01	0,00	0,01
261	Печенье, тушеная в соусе 75/75	150	10,75	11,94	12,43	216,00	0,27	0,20	28,22	0,06	0,00	0,00	26,33	283,94	15,00	0,67	25,86	0,01	0,00	0,02
316	Макаронные изделия отварные 150	150	5,57	6,44	37,19	221,00	0,09	0,03	4,00	0,00	0,00	0,00	22,56	49,82	9,25	0,96	66,67	0,00	0,00	0,01
707	Сок фруктовый 200	200	2,28	0,24	15,99	71,00	0,03	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	0,60	86,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный 30	30	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
	Молоко 3,2% 1/200	200	5,60	6,40	9,40	116,00	0,08	0,30	2,60	0,06	0,00	0,00	240,00	180,00	18,00	0,12	29,20	0,01	0,00	0,01
	Итого	1016,00	35,652	45,602	125,64	1106	0,85	0,746	54,32	0,20	0,50	398,98	804,81	84,76	4,55	438,86	0,05	0,00	0,00	0,11
45	Капуста квашеная 60	60	0,80	0,10	1,60	50,30	0,02	0,02	5,00	0,03	0,00	0,00	23,00	24,00	14,00	0,60	41,00	0,00	0,00	0,02
391	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/25 с ноября	225	8,11	7,63	18,58	176,00	0,15	0,14	25,61	0,01	0,00	0,00	137,20	181,14	13,20	0,13	163,55	0,02	0,00	0,02
330	Шницель рыбный натуральный рубленый 90	90	10,62	8,83	9,50	190,00	0,13	0,12	1,21	0,06	0,00	0,00	171,40	204,88	14,70	1,15	147,29	0,03	0,00	0,03
630	Пюре картофельное 150 с сентября	150	3,06	4,80	25,40	137,00	0,14	0,13	3,16	0,40	0,00	0,00	36,97	86,60	17,75	1,01	62,47	0,00	0,00	0,05
	Компот из свежемороженых ягод 200	200	0,20	0,08	16,43	66,00	0,01	0,01	40,00	0,00	0,00	0,00	7,50	6,60	6,20	0,31	70,45	0,01	0,00	0,02
	Хлеб пшеничный 32	32	2,43	0,26	17,06	76,00	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	6,40	20,80	4,48	0,35	29,76	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,03
	Итого	781,00	26,85	22,01	100,82	745,30	0,50	0,45	74,98	0,50	11,90	393,75	561,70	82,09	4,49	542,84	0,08	0,00	0,00	0,18
40	Салат из моркови с яблоками 60	60	0,45	2,11	4,11	37,00	0,02	0,02	5,34	0,01	0,00	0,00	15,67	14,82	0,98	0,60	11,96	0,02	0,00	0,01
145	Суп летний из овощей со сметаной 200/5 с ноября	205	1,595	3,385	8,869	74,00	0,16	0,21	6,24	0,07	0,00	0,00	42,73	131,17	20,11	0,24	133,62	0,01	0,00	0,01
366	Запеканка из творога с соусом шоколадным 160/30	190	17,48	9,82	40,30	336,00	0,09	0,56	0,74	0,04	0,00	0,00	244,59	237,65	34,26	0,89	27,91	0,01	0,00	0,00
ТТК 1	Чай с сахаром 200	200	0,10	0,03	9,00	34,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	2,66	4,12	2,20	0,44	37,20	0,01	0,00	0,01
	Хлеб пшеничный 40	40	3,04	0,32	21,32	95,00	0,04	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	37,20	0,01	0,00	0,01
	Хлеб ржаной йодированный 24	24	1,63	0,31	12,25	48,00	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	11,28	37,68	11,76	0,94	28,32	0,01	0,00	0,01
338	Фрукты свежие (яблоки) 120	120	0,48	0,48	11,76	54,00	0,04	0,03	19,80	0,04	0,00	0,00	19,20	13,20	10,80	0,26	9,75	0,00	0,00	0,01
	Итого	839,00	23,184	18,46	107,61	678,00	0,391	0,358	32,116	0,16	0,00	0,00	344,128	464,644	85,71	3,81	261,43	0,06	0,00	0,06
101	Консервы овощные закусочные Помидоры консервированные 20	20	0,12	0,02	0,26	2,00	0,02	0,02	15,00	0,00	0,00	0,00	8,40	15,60	12,00	0,21	74,00	0,00	0,00	0,01
136	Суп картофельный с крупной пшенкой и рыбой 200/25 с ноября	225	3,93	2,52	10,69	55,00	0,05	0,04	6,33	0,02	0,00	0,00	150,28	197,00	17,15	0,49	124,93	0,01	0,00	0,01

