Согласовано:
МБОУ "СОШ № 25" г. Озерск

_____ С.К. Акужинов

" 09 " 01 2024 г.

Утверждаю:
Директор ООО "Кардинал"

_____ И.Г. Вахитов

" 09 " 01 2024 г.

Примерное 2-х недельное меню
горячего питания
для учащихся, нуждающихся в лечебном питании (аллергиков)
с 7 до 11 лет (1 - 4 класс)

(Данное меню основано на территориальном стандарте для использования в лечебно-профилактиченских учреждениях здравоохранения Челябинской области, утвержденное
Главным внештатным диетологом Министерства здравоохранения Челябинской области Л.Н. Красногоровой)

Примерное 2-х недельное меню
горячего питания
для учащихся, нуждающихся в лечебном питании (аллергиков) с 7 до 11 лет (1 - 4 класс)

№ п/п	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ккал	№ рецептуры
	1 НЕДЕЛЯ						
	День 1						
1	Сосиски отварные	80	8,81	19,08	0,30	131,00	Сб.2015 г. № 243
2	Макаронные изделия отварные	150	5,69	0,69	29,65	147,59	Сб.2015 г. № 202
3	Салат из белокочанной капусты с морковью (до 1 марта)	60	0,80	3,65	5,11	56,47	Сб.2015 г. № 45
4	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день:	**520**	**17,74**	**23,74**	**64,55**	**465,20**	
	День 2						
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,05	7,25	0,08	74,80	Сб.2015 г. № 14
2	Каша вязкая молочная из риса	200	5,92	3,61	42,83	261,00	Сб.2015 г. № 174
3	Какао с молоком	200	3,87	3,80	25,07	149,96	Сб.2015 г. № 382
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
5	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Сб.2015 г. № 338
	Итого за день:	**540**	**12,61**	**15,36**	**92,27**	**600,30**	
	День 3						
1	Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	20,57	9,40	17,24	235,84	Сб.2015 г. № 259
2	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
4	Булочка "Дорожная"	70	4,75	9,77	49,10	269,50	Сб.2015 г. № 67
	Итого за день:	**500**	**27,76**	**19,49**	**95,83**	**635,48**	
	День 4						
1	Сосиски отварные	80	8,81	19,08	0,30	131,00	Сб.2015 г. № 243
2	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	Сб.2015 г. № 312
3	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,00	20,01	84,60	Сб.2015 г. № 349
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
5	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Сб.2015 г. № 338
	Итого за день:	**560**	**15,79**	**24,58**	**65,04**	**467,39**	
	День 5						
1	Плов из мяса птицы	200	21,98	22,52	34,69	459,30	Сб.2015 г. № 291
2	Свекла отварная (порциями)	70	0,49	0,07	1,33	7,70	Сб.1996 г.Таб.24
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день:	**500**	**24,91**	**22,91**	**65,51**	**597,14**	

	2 НЕДЕЛЯ						
	День 1						
1	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,60	Сб.2015 г. № 15
2	Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба" с маслом сливочным	250/10	6,02	10,86	30,07	242,17	Сб.2015 г. № 175
3	Чай с сахаром, молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	Сб.2015 г. № 378
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день:	**505**	**13,39**	**16,93**	**60,46**	**447,91**	
	День 2						
1	Биточки "Солнышко"	80	11,99	6,07	10,68	145,32	Сб.2005 г. № 53
2	Макаронные изделия отварные	150	5,69	0,69	29,65	147,59	Сб.2015 г. № 202
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
5	Йогурт порционный	60	2,46	0,90	3,54	32,10	Сб.2015 г. № 386
	Итого за день:	**520**	**22,58**	**7,98**	**73,36**	**455,15**	
	День 3						
1	Котлета по - Куравински с соусом	70/30	2,37	4,89	13,01	116,00	Сб.2015 г. № 234
2	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	Сб.2015 г. № 312
3	Салат из белокочанной капусты с морковью (до 1 марта)	60	0,80	3,65	5,11	56,47	Сб.2015 г. № 45
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,00	20,01	84,60	Сб.2015 г. № 349
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день:	**540**	**9,75**	**13,64**	**73,06**	**464,46**	
	День 4						
1	Тефтели 2-й вариант	110	11,84	15,12	15,54	245,53	Сб.2015 г. № 279
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,80	6,71	38,15	248,22	Сб.2015 г. № 171
3	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
4	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
5	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Сб.2015 г. № 338
	Итого за день:	**590**	**23,48**	**22,55**	**92,98**	**668,29**	
	День 5						
1	Птица тушеная в соусе	125	14,92	12,65	4,39	191,25	Сб.2015 г. № 290
2	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	Сб.2015 г. № 305
3	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	Сб.2015 г. № 75
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	25,40	110,00	Сб.2015 г. № 389
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день:	**565**	**23,35**	**17,51**	**94,67**	**682,52**	
	Всего за период:	**5 340**	**191,36**	**184,69**	**777,73**	**5 483,84**	
	Среднее значение за период:	**534**	**19,14**	**18,47**	**77,77**	**548,38**	
	Содержание Б, Ж, У в % от калорийности		**1**	**1**	**4**		

При разработки данного меню были использованы рецептуры следующих сборников: Сборник 2015г. Тутельян В.А сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник 2005г. Министерство экономического развития Челябинской области . Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Челябинской области, предназначен для организаторов школьного питания. В сборнике представлены: методические рекомендациипо организации питания учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и технико-технологические карты на кулинарные блюда и изделия. Сборник 2016г. Тутельян В.А. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

При приготовлении блюд и изделий используется йодированная соль

В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (Приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)