

УТВЕРЖДЕНО:

М.В. Зинченко *Медсост, 11*

Л.В. Сметанна



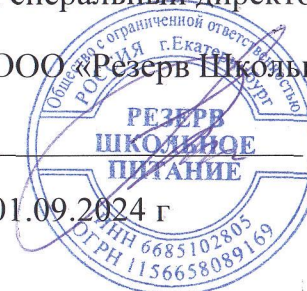
УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор

ООО «Резерв Школьное питание»

Е. В. Ковбаснюк

01.09.2024 г



10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИ ДИАБЕТЕ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Меню приготавливаемых блюд
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024
 ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	0	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Котлета "Домашняя"(говядина, свинина, соль йодированная)/кабачки тушеные	250	11,71	16,59	18,37	258,2	1,53	ТТК № 282/ТК № 271 (46/3/2015)
День 1	Чай зеленый с лимоном (без сахара)	205	0,3	0	0,4	10	0,03	ТК № 2(686/2004)
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
ОБЕД	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	30	0,2	0	0,5	3	0,04	ТК № 127 (5/1/2015)
Неделя 1	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	255	2,95	6,7	20,2	163,6	1,68	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81
День 1	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло сливочн)	100	11,55	8,47	4,22	164,4	0,35	ТК № 429 (437/2004)
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,2	13,4	32,47	265	2,7	ТК № 189(297/2004)
	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого:	1260	42,73	49,14	108,56	1087,52	9,02	

Соотношение Б:Ж:У 1 : 1,15 : 2,54

1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
 2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024

ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	1,47	ТТК № 161
Неделя 1	Сырники из творога (без сахара) (творог 9%, яйцо)	150	19,5	11,85	13,33	243	1,12	ТК № 264 (8/5/2015)
День 2	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	560	22,26	12,49	47,37	415,56	3,95	
ОБЕД	Суп рыбный с рисом и яйцом (картофель, мнитай, рис, яйцо, лук репч, морковь, масло сливочн)	250	7,9	9,34	13	150,3	1,08	ТТК № 169
Неделя 1	Тефтели (говядина, свинина, лук репч,е, хлеб пшеничн, соль йодированная)	70	9,3	10,65	8,39	104,2	0,7	ТТК № 308
День 2	Цветная капуста припущенная	130	2,47	3,77	0	93,78	0	ТТК № 279
	Напиток из ягодной смеси (без сахара)	200	0,2	0,1	10	22	0,83	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	2,23	ТТК № 57
	Итого за обед:	700	23,97	24,93	58,09	522,38	4,84	

Итого за день

1260

46,23

37,42

105,46

937,94

8,79

Соотношение Б:Ж:У 1,24 :1:2,8

- 1 хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024
 ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	1,47	ТТК № 161
Неделя 1	Омлет с сыром (яйца куриные, , сыр мдж 45%, молоко 2,5%) / масло сливочное	155	15,6	20,08	20,9	353,4	1,74	ТТК № 284 /ТТК № 49
День 3	Кофейный напиток с молоком (без сахара) (молоко 2,5%, кофейный напиток)	200	4,1	3,3	5,63	88,7	0,47	ТТК № 16
	Хлеб ржаной (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	1,78	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	575	22,98	24,24	65,57	634,28	5,46	
ОБЕД	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	270	5	4,75	18,9	158,37	1,58	ТТК № 95/ТК № 77(551/2004)
Неделя 1	Котлета "Монастырская" (говядина, капуста белокочанная, яйцо)	100	10,9	11,44	3,56	143,44	0,3	ТТК № 619
День 3	Овощи припущенные (овощная смесь)	100	3,75	5,25	3,3	102	0,28	ТТК № 233
	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,1	0,1	5,41	11	0,45	ТТК № 5
	Хлеб ржаной (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	1,78	ТТК № 57
	Итого за обед:	710	23,03	22,4	52,57	536,49	4,39	
Итого за день		1285	46,01	46,64	118,14	1170,77	9,85	

Соотношение Б:Ж:У 1,3:1:2,9

- 1
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024

ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)(мдж 45%)	20	5,2	5,4	0	60	0	ТК № 89(97/2004)
Неделя 1	Каша молочная "Пять злаков"с фруктами (молоко 2,5%, рис, яблоки свежие, масло сливочное, соль йодированная) / масло сливочное	255	10,17	13,78	54,8	317,9	4,57	ТТК № 263/ТТК № 49
День 4	Молоко витаминизированное (3)	200	2,8	3,2	4,7	118	0,39	пром
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	495	20,63	23,02	75,5	587,16	6,29	
ОБЕД	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	255	6,9	7,09	16,3	135	1,36	ТТК № 136
Неделя 1	Тефтели рыбные с рисом и шпинатом (минтай, рис, шпинат, лук репч, яйцо)	100	9,33	9,6	6	115,44	0,5	ТК № 66(135/2004)/ТТК № 81
День 4	Овощи припущенные (овощная смесь)	150	5,63	7,88	4,95	153	0,41	ТТК № 233
	Напиток из ягодной смеси (без сахара)	200	0,2	0,1	10	22	0,83	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за обед:	832	24,52	25,31	53,25	516,7	4,43	
Итого за день		1327	45,15	48,33	128,75	1103,86	10,72	

Соотношение Б:Ж:У 1 : 1,07 : 2,85

- 1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминным премиксом (А, В1, В2, С), калий йодистый

Меню приготавливаемых блюд
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024
 ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0	30	0	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Суфле из горбуши с овощами и рисом (филе горбуши, кабачки, рис, яйца, молоко, сыр, яйцо) / масло сливочное	155	10,5	12,15	9,66	160,5	0,81	ТТК № 614 /ТТК № 49
День 5	Витаминизированное какао (без сахара) (2)	200	3,9	3,1	10,2	95	0,85	ТТК № 10
	Хлеб ржаной (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	2,23	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	415	21,1	19,02	46,56	437,6	3,89	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом и чесноком	100	2,5	10	7,4	121	0,62	ТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
Неделя 1	Суп томатный с фасолью и овощами, сметана (мдж 15%)	255	6,9	7,1	17,17	172,28	1,43	ТК № 429(437/2004)
День 5	Шницель (свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный)	70	12,44	11	9,7	168,78	0,81	ТТК № 233
	Цветная капуста припущенная	130	2,47	3,77	0	93,78	0	ТТК № 279
	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	2,23	
	Итого за обед:	805	24,61	31,87	34,67	566,64	5,12	

Итого за день 1220 45,71 50,89 81,23 1004,24 9,01
 Соотношение Б:Ж:У 1 : 1,11 : 1,78

- 1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1
- 3 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024

ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлета "Домашняя" (говядина, свинина, соль йодированная)	100	10,51	11,49	10,27	177,2	0,86	ТТК № 282
Неделя 1	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, морковь, лук репчатый, масло сливочное)/кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук, том паста, масло раст)	150	3,56	3,92	18,5	189,3	1,54	ТК № 249 (44/3/2015)/ТК № 271(46/3/2015)
	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	480	16,83	16,05	45,17	468,56	3,76	
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	1,47	ТТК № 161
Неделя 1	Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	250	5,75	6,8	9,75	127,4	0,81	ТК № 69 (139/2004)
	Гуляш (свинина, томат паста, лук репч, масло сливочн)	100	11,55	8,47	4,22	164,4	0,35	ТК № 429 (437/2004)
День 6	Цветная капуста припущенная	130	1,9	2,9	0	72,13	0	ТТК № 279
	Чай с лимоном (без сахара)	200/7	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 2 (686/2004)
	Хлеб ржаной (1)	60	4,92	1,28	32,08	182,52	2,67	ТТК № 57
	Итого за обед:	720	24,42	19,45	64,09	627,75	5,33	
Итого за день		1200	41,25	35,5	109,26	1096,31	9,09	

Соотношение Б:Ж:У 1,16 :1: 3,07

- 1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024
ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	1,47	ТТК № 161
Неделя 1	Сырники из творога (творог 9%, яйцо), масло сливочное	170	15,23	18,35	20,9	349,7	1,74	ТК № 264 (8/5/2015) /ТТК № 49
День 7	Чай с лимоном (без сахара)	200/7	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 2 (686/2004)
	Хлеб ржаной (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	1,78	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	390	18,81	19,21	60,34	552,68	5,02	
ОБЕД	Суп картофельный с горбушей (картофель, филе горбуши, морковь, лук репч, масло растительное)	250	7,75	7,88	8,5	174,75	0,71	ТК № 78 (133/2004)
Неделя 1	Зразы из свинины с луком и яйцом	100	12,44	13,78	8	129,67	0,67	ТТК № 612
День 7	Тыква, тушеная со сметаной	100	2,4	10,2	16,2	162	1,35	ТТК № 42
	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	1,78	ТТК № 57
	Итого за обед:	690	26,17	32,72	54,5	598,9	4,54	

Итого за день 1080 44,98 51,93 114,84 1151,58 9,56

Соотношение Б:Ж:У 1,1:1:2,4

1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Действует с 01.09.2024

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	15	3,9	4,05	0	45	0	ТК № 89 (97/2004)
Неделя 1	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,28	63	0,02	ТК № 262 (1/6/2015)
День 8	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено, молоко 2,5%), масло сливочное	250	4,75	6,38	42,8	336,63	3,57	ТК № 206 (35/2006)/ТТК № 49
	Молоко витаминизированное (3)	200	2,8	3,2	4,7	118	0,39	пром
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	535	19,01	18,87	63,78	653,89	5,31	
ОБЕД	Суп картофельный с мясом (картофель, свинина, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	250	9,88	6,84	23,25	165,38	1,94	ТТК № 67
Неделя 1	Мясо тушеное (свинина, томат паста, морковь, лук репч)	50/50	13,17	11,4	4,22	164,3	0,35	ТТК № 602
День 8	Кабачки тушеные	100	1,2	5,1	8,1	81	0,68	ТК № 271 (46/3/2015)
	Напиток из ягодной смеси (без сахара)	200	0,2	0,1	10	52	0,83	ТТК № 28
	Хлеб ржаной (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	1,78	ТТК № 57
	Итого за обед:	590	27,73	24,3	66,97	584,36	5,58	
Итого за день		1125	46,74	43,17	130,75	1238,25	10,89	

Соотношение Б:Ж:У 1,2:1:2,9

- 1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.
- 3 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминным премиксом (А, В1, В2, С), калий йодистый

Меню приготавливаемых блюд
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024
 ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Шницель (говядина, свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный, соль йодированная)	100	9,33	9,67	9,67	112,89	0,81	ТК № 168(608/2013)
Неделя 1	Кабачки тушеные	150	1,2	5,1	8,1	81	0,68	ТК № 271 (46/3/2015)
День 9	Кофейный напиток с молоком (без сахара) (молоко 2,5%, кофейный напиток)	200	4,1	3,3	5,63	88,7	0,47	ТТК № 16
	Хлеб ржаной (1)	50	4,1	1,07	26,7	152,1	2,23	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	500	18,73	19,14	50,1	434,69	4,19	
ОБЕД	Борщ Сибирский (свекла, картофель, капуста белокочанная, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь, маслосливочное, томатная паста), сметана	255	5,22	5,62	13,43	140,31	1,12	ТК № 54(111/2004)/ТТК № 81
Неделя 1	Фрикадельки из мяса говядины припущенные (говядина, масло сливочное, молоко)	100	12,06	15,33	9,78	175,56	0,82	ТК № 387 (470/2004)
День 9	Булгур /овощи припущенные (овощная смесь)	170	3,7	3,4	12,3	145,1	1,03	
	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,1	0,1	5,41	11	0,45	ТТК № 274 /ТТК № 233
	Хлеб ржаной (1)	40	3,28	0,86	21,4	121,68	1,78	ТТК № 5
								ТТК № 57
	Итого за обед:	765	24,36	25,31	62,32	593,65	5,2	
Итого за день		1265	43,09	44,45	112,42	1028,34	9,39	
Соотношение Б:Ж:У 1 : 1,05 : 2,53								

1 Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой, с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
 2 Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Меню приготавливаемых блюд

Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети ОВЗ 12 лет и старше

Действует с 01.09.2024

ДИАБЕТ I типа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценн	ХЕ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК	Котлета из рыбы "Нежная"(минтай, морковь, яйцо, лук репчатый, масло растительное)	100	9,22	5,3	9,11	115,9	0,76	ТТК № 273
Неделя 1	Пюре картофельное (картофель, молоко мдж 2,5%, масло сливочное 72,5%)/ овощи припущенные (смесь овощная)	150	3,3	4,8	20,6	189	1,72	ТК № 187 (520/2004)/ТТК № 233
День 10	Витаминизированное какао (без сахара) (2)	200	3,9	3,1	10,2	95	0,85	ТТК № 10
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за завтрак:	480	18,88	13,84	55,91	491,16	4,66	
ОБЕД	Суп-пюре из цветной капусты	250	6,26	6,66	23,93	170,64	2	ТТК № 55
Неделя 1	Мясо тушеное (свинина)	100	9,9	9,8	4,22	153,3	0,35	ТК № 429(437/2004)
День 10	Тыква припущенная в сливочном масле	100	3,5	4	33,25	139,4	2,77	ТТК № 46
	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,3	0	0,4	10,8	0,03	ТК № 1 (685/2004)
	Хлеб ржаной (1)	30	2,46	0,64	16	91,26	1,33	ТТК № 57
	Итого за обед:	680	22,42	21,1	77,8	565,4	6,48	

Итого за день 1160 41,3 34,94 133,71 1056,56 11,14
Соотношение Б:Ж:У 1,18 :1: 3,8

- 1
- Хлеб ржаной - хлеб, изготавливаемый в каждой столовой , с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)
- 2
- Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1
- 3
- Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459964

Владелец Сметанина Лариса Владимировна

Действителен с 26.02.2025 по 26.02.2026