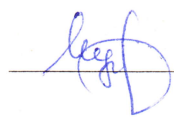


УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО "Школьное питание"

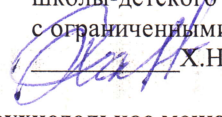
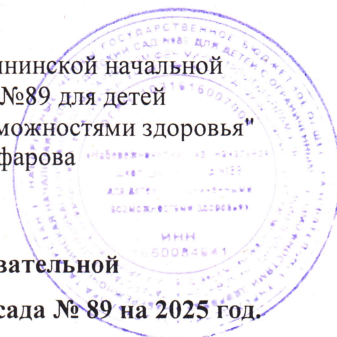


Р.И. Мусина



"СОГЛАСОВАНО"

Директор
ГБОУ "Набережночелнинской начальной
школы-детского сада №89 для детей
с ограниченными возможностями здоровья"
Х.Н.Гаффарова

**Примерное двухнедельное меню
горячего питания для воспитанников общеобразовательной
специальной (коррекционной) начальной школы - детского сада № 89 на 2025 год.**

№ рец., ТТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.*	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность,
1 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	7.32	5.21	39.7	235.01
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2.72	4.7	14.31	110.39
	Итого		11.51	11.33	54.01	364.04
Второй завтрак						
707/04	Сок фруктовый разливной	180	0.9	0.00	18.18	76.32
	Итого		0.9	0.0	18.2	76.3
Обед						
ТТК357н	Салат "Капуста квашеная"	50	0.88	2.51	4.26	43.11
139/04	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	10.56	7	15.88	168.8
ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	5.13	13.42	7.41	170.93
516/04	Макаронные изделия отварные	130	4.64	3.78	31.67	179.3
ТТК № 258н	Напиток "Плодово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		25.52	27.38	110.49	790.46
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК338к	Рагу из мякоти птицы	50/100	25.17	6.32	14.95	217.41
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/18	2.9	5.77	22.34	152.93
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		30.75	12.76	61.20	482.73
	Итого за день		68.68	51.47	243.88	1713.55
2 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
340/04	Омлет натуральный с маслом	180/3	17.32	22.99	2.6	286.62
686/04	Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.27	0.06	15.28	62.73
	Итого		17.64	26.67	17.95	382.45
Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	180	5.51	4.75	9.12	101.22
	Итого		5.51	4.75	9.12	101.22
Обед						
62/11	Салат из моркови с сахаром	50	0.62	0.05	5.81	26.16
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1.76	3.8	11.44	86.96
ТТК-649к	Биточки "Рябушка"	75	10.56	16.52	13.2	243.68
510/04	Каша гречневая вязкая	130	4.03	4.12	21.54	139.36
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.78	25.18	102.03	721.76
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Груша	100	1.0	0.00	25	104
ТТК №631	Капуста тушеная с мясным фаршем	150	10.08	11.91	10.09	187.91
ТТК-258к	Напиток "Плодово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.38	80.23
	Пряник	35	2.03	1.51	25.66	124.29
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		15.90	13.77	95.04	567.62
	Итого за день		60.83	70.37	224.14	1773.05
3 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
160/04	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4.58	3.84	17.86	124.28
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	3.05	2.52	15.28	96
	Итого		9.10	7.78	33.14	238.92
Второй завтрак						
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	180	0.09	0.00	19.33	77.67
	Итого		0.09	0.00	19.33	77.67
Обед						
ТТК-359н	Винегрет из овощей	50	1.02	3.55	4.28	53.16

134./04	Суп крестьянский с мякотью птицы со сметаной	200/15/5	5,97	7,74	9,30	130,74
ТТК730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/30	4.23	6.72	4.2	94.18
520/04	Пюре картофельное	130	2.86	4.26	19.17	126.47
ТТК-271н	Компот "Флодово-ягодный" из свежих яблок	200	0.18	0.18	28.04	114.51
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		18.57	23.12	95.60	664.74
Уплотненный полдник						
ТТК 101н	Биточки "Любимые"	75	9.52	11.93	9.26	182.52
510/04	Каша перловая вязкая	130	2.64	3.61	20.66	125.69
ТТК-356н	Компот "Флодово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		14.45	15.82	61.49	446.13
	Итого за день		42.21	46.72	209.56	1427.46
4 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3	6.17	5.12	32.97	202.66
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5
	Итого		6.4	8.8	38.1	257.3
Второй завтрак						
698/04	Ацидофилин	180	5.44	4.86	7.78	96.62
	Итого		5.44	4.86	7.78	96.62
Обед						
52/11	Салат из отварной свеклы	50	0.91	3.06	5.33	52.49
135/04	Суп из овощей со сметаной	200/5	1.88	3.88	9.88	81.96
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27.35	11.69	40.01	374.68
ТТК-265н	Компот "Флодово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		34.57	19.34	102.38	721.87
Уплотненный полдник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК - 521н	Запеканка из творога "Ягодка" с повидлом	150/20	29.16	13.12	45.02	414.79
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0.14	0.02	24.43	98.45
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		31.98	13.81	93.36	625.63
	Итого за день		78.41	46.80	241.62	1701.38
5 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	9.11	5.37	43.94	260.58
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1.65	1.3	7.46	48.15
	Итого		12.23	8.09	51.40	327.37
Второй завтрак						
707/04	Сок разливной	180	0.9	0.00	18.18	76.32
	Итого		0.9	0.0	18.2	76.3
Обед						
ТТК-66	Салат " Солнышко"	50	0.49	5.09	6.56	73.94
148/04	Суп-лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	8	7.18	10.85	140.01
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	75	12.09	17.09	9.3	239.33
№541/04	Рагу овощное	130	2.52	5.74	13.81	116.98
ТТК-258к	Напиток "Флодово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.38	80.23
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		27.92	35.85	90.51	796.17
Уплотненный полдник						
ТТК-968	Фрикадельки "Останкинские" в томатном соусе	50/30	12.33	16.62	2.81	210.1
510/04	Каша ячневая вязкая	130	2.84	3.66	18.29	117.47
ТТК 258н	Напиток "Флодово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		17.45	20.55	56.67	481.43
	Итого за день		58.50	64.49	216.76	1681.29
6 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
ТТК 270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	200/3	7.15	5.59	43.21	251.73
ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	180	2.72	4.7	14.31	110.39
	Итого		9.92	13.91	57.59	395.22
Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	180	5.51	4.75	9.12	101.22
	Итого		5.51	4.75	9.12	101.22
Обед						
20/2010	Салат из белокочанной капусты	50	0.78	2.54	4.69	44.75
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	5.69	4.47	15.98	126.85
437/04	Гуляш	50/50	15.96	5.87	3.58	131.02
516/04	Макароны отварные	130	4.64	3.78	31.67	179.3
ТТК-257н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19

	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		31.88	17.35	105.96	707.52
Уплотненный полльник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2
ТТК-819	Жаркое из мякоти птицы	50/100	24.98	7.61	14.45	226.18
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		27.78	8.32	54.91	405.63
	Итого за день		75.09	44.33	227.58	1609.59
7 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
311/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	7.55	6.01	37.47	234.22
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0.2	0.05	5.06	21.5
	Итого		9.2	7.5	42.5	274.4
Второй завтрак						
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	180	0.09	0.00	19.33	77.67
	Итого		0.09	0.00	19.33	77.67
Обед						
612/04	Маринад овощной с томатом	50	0.64	5.04	4.5	65.91
110/2004	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1.76	3.8	11.44	86.96
ТТК-738к	Котлеты "Крестьянские"	75	11.16	12.44	9.3	193.76
510/04	Каша гречневая вязкая	130	4.03	4.12	21.54	139.36
ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.90	26.07	98.05	714.31
Уплотненный полльник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Мандарин	100	0.80	0.20	7.50	35.0
ТТК - 341к	Творожник "Зебра" с повидлом	150/20	27.52	11.15	37.24	359.39
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	0.14	0.02	24.43	98.45
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		30.74	11.64	84.08	564.03
	Итого за день		61.95	45.19	243.99	1630.37
8 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
ТТК418	Омлет с кашей рисовой с маслом	180/5	4.90	15.75	6.60	187.75
686/04	Чай с лимоном	200/7	0.27	0.06	15.28	62.73
	Итого		5.22	19.43	21.95	283.58
Второй завтрак						
698/04	Ацидофилин	180	5.44	4.86	7.78	96.62
	Итого		5.44	4.86	7.78	96.62
Обед						
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	50	0.74	2.6	6.84	53.74
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1.63	3.81	7.42	70.49
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая	2/40	10.75	7.84	15.74	176.51
ТТК 11н	Картофель "По-деревенски"	130	3.8	10.5	30.94	233.43
ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200	0.51	0.08	19.38	80.23
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.74	25.50	110.93	760.08
Уплотненный полльник						
ТТК102н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек"	80	18.30	12.20	0.48	146.30
510/04	Каша перловая вязкая	130	2.64	3.61	20.66	125.69
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из яблок с печеньем	200/18	2.88	5.91	36.34	210.02
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		26.10	21.99	72.39	553.20
	Итого за день		58.50	71.78	213.05	1693.48
9 день						
Завтрак						
3/04	Бутерброд с сыром	30/5	1.47	1.42	0.00	18.64
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/3	6.76	6.55	27.96	197.87
ТТК-437	Чай полусладкий с молоком	200	1.65	1.3	7.46	48.15
	Итого		9.88	9.27	35.42	264.66
Второй завтрак						
707/04	Сок разливной	180	0.9	0.00	18.18	76.32
	Итого		0.9	0.0	18.2	76.3
Обед						
ТТК-390	Салат "Веснушка"	50	0.89	5.04	4.81	68.15
ТТК-425	Суп "Гречишное зернышко" с мясными	200/25	7.27	7.84	16.66	166.26
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	23.62	4.59	3.68	150.56
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	130	14.7	4.32	32.42	227.34
ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200	0.12	0.04	16.55	67.06
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		50.91	22.50	104.73	825.05
Уплотненный полльник						
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0.4	0.4	9	41.2

292/2010.	Макаронник с мясом	160/5.	17.96	15.86	33.38	348.4
ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200	0.00	0.00	20.66	82.64
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		20.64	16.53	77.95	543.43
	Итого за день		82,33	48,30	236,28	1709,46
10 день						
Завтрак						
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	0.05	3.62	0.07	33.1
161/04	Суп молочный с рисом	200	3.76	3.78	15.74	111.99
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	180	3.05	2.52	15.28	96
	Итого		6.86	9.92	31.09	241.09
Второй завтрак						
697/04	Молоко кипяченое	180	5.51	4.75	9.12	101.22
	Итого		5.51	4.75	9.12	101.22
Обед						
ТТК-130	Салат "Метелка"	50	0.82	5.05	3.21	61.51
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2.54	3.95	13.99	101.69
ТТК- 28н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная" с маслом	180/3	13.45	20.03	30.95	357.9
ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0.01	0.01	16.66	66.73
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Хлеб "Дарницкий"	1/36.25	2.03	0.4	15.7	74.49
	Итого		21.13	29.71	95.42	733.51
Уплотненный полдник						
ТТК 101н	Биточки "Любимые"	75	10.38	12.2	10.74	194.31
510/04	Каша пшеничная вязкая	130	4.03	3.8	21.1	134.75
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0.5	0.02	19.43	79.92
	Пряник	35	2.03	1.51	25.66	124.29
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2.28	0.27	14.91	71.19
	Итого		19.22	17.80	91.84	604.46
	Итого за день		52,72	62,18	227,47	1680,28
	В среднем за 10 дней		48,60	54,00	234,90	1620,00

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общ. питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапшиной, 2004 г. г. Москва.

3. Сборник технологических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Издательство Дели принт, Москва, 2010.

4. Техничко-технологические карты, разработанные ООО "Школьное питание".

5. Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3-7 лет в пищевых веществах и энергии, согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

6. С 1 марта блюда из овощей урожая прошлого года заменяются на другие блюда, в которых овощи проходят термическую обработку.

7. Меню допускается корректировать с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ (согласно п.8.1.5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

*- допускается изменение массы порции блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 приложение 9, таблица 1

Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии (завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник)	3-7 лет
Белки, гр	48,6
Жиры, гр	54,0
Углеводы, гр	234,9
Энергетическая ценность, ккал	1620,0

Исп. Мартынова Г.Н.
53-72-48