

СОГЛАСОВАНО:

*С. И. Дубовик*  
*С. И. Дубовик*  
ИМЕНИ  
А. Н. БЫКОВА  
ОГРН 1026801871428

УТВЕРЖДЕНО:

Генеральный директор

ООО «Резерв Школьное питание»

*Е. В. Ковбаснюк*  
Е. В. Ковбаснюк

01.12.2024 г



**10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ (ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ)  
ГОРЯЧИХ ОБЕДОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ 7-11 ЛЕТ**

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>ОБЕД</b>	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	20	0,13	0	0,33	2	ТК № 127 (5/1/2015)
<b>Неделя 1</b>	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	205	2,35	5,4	16,25	131,5	ТК № 79 (110/2004)/ТТК 81
<b>День 1</b>	Овощи припущенные (фасоль зеленая стручок, кукуруза, зеленый горошек, перец болгарский, морковь, лук, растительное масло), масло сливочное	145	3,11	7,19	3,22	113,2	ТТК 271/ТТК № 49
	Кисель (1)	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	<b>Итого за обед:</b>	<b>570</b>	<b>5,89</b>	<b>12,59</b>	<b>48</b>	<b>313,7</b>	

1 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки (растительные)	жиры	углеводы		
	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты	100	1,3	4,5	8,3	71	ТТК № 109
<b>Неделя 1</b>	Суп картофельный (картофель - 80 г, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	250	2,95	6,7	20,2	163,6	ТК № 59 (133/2004)
<b>День 2</b>	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста), масло сливочное (мдж 82,5%)	155	3,11	7,19	3,97	113,2	ТТК 271
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>705</b>	<b>7,36</b>	<b>18,39</b>	<b>56,47</b>	<b>438,8</b>	

Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Менюготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
<b>ОБЕД</b>	Суп-пюре из картофеля и кабачков (картофель - 50 г, молоко 30 г, кабачки, масло сливочное), гренки	250/20	3,06	3,87	8,4	109,04	ТТК № 95
<b>Неделя 1</b>	Рис отварной рассыпчатый /цветная капуста припущенная	100/30	2,6	6,9	23,7	151,5	ТК № 214 (511/2004) /ТТК № 279
<b>День 3</b>	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,41	61	ТТК № 5
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>980</b>	<b>5,76</b>	<b>10,87</b>	<b>71,51</b>	<b>412,54</b>	

Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
<b>ОБЕД</b>	Салат из отварной моркови с растительным маслом	100	1,17	6	10,17	101,67	ТК № 120 (28/1/2015)
<b>Неделя 1</b>	Рассольник Ленинградский, сметана ( мдж 15%)	255	3,9	7,09	16,3	150,89	ТК № 63(132/2004)/ТТК № 81
	Овощи припущенные (фасоль зеленая стручок, кукуруза, зеленый горошек, перец болгарский, морковь, лук, растительное масло), масло сливочное	165	3,11	7,19	3,22	113,2	ТТК 271/ТТК № 49
<b>День 4</b>	Напиток из ягодной смеси	200	0,2	0,1	25	102	ТТК № 28
	<b>Итого за обед:</b>	<b>720</b>	<b>8,38</b>	<b>20,38</b>	<b>54,69</b>	<b>467,76</b>	

Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
ОБЕД	Суп томатный с фасолью и овощами (картофель - 50 г, фасоль консервированная -40 г, морковь, лук, томатная паста, сливочное масло), сметана ( мдж 15%)	255	3,67	10,82	17,17	197,16	ТТК № 99)/ТТК № 81
Неделя 1	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста), масло сливочное (мдж 82,5%)	155	3,11	7,19	3,97	113,2	ТТК 271
День 5	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>610</b>	<b>6,78</b>	<b>18,01</b>	<b>45,14</b>	<b>401,36</b>	

Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Суп картофельный с бобовыми (картофель - 50 г, горох - 20 г, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	250	3,75	6,8	9,75	127,38	ТК № 69 (139/2004)
	Овощи припущенные (фасоль зеленая стручок, кукуруза, зеленый горошек, перец болгарский, морковь, лук, растительное масло), масло сливочное	145	3,11	7,19	3,22	113,2	ТТК 271/ТТК № 49
День 6	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>775</b>	<b>6,86</b>	<b>13,99</b>	<b>54,61</b>	<b>402,08</b>	

Соотношение Б:Ж:У 1:1,2:3,8

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Действует с 01.12.2024 г  
 ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Суп картофельный (картофель - 80 г, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат)	250	2,95	6,7	20,2	163,6	ТК № 59 (133/2004)
	Тыква припущенная в сливочном масле	150	2,4	10,2	16,2	162	ТТК № 46
День 7	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>780</b>	<b>5,35</b>	<b>16,9</b>	<b>78,04</b>	<b>487,1</b>	



Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Менюготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Салат из свеклы "Бурачок" (свекла, огурцы консервированные, масло растительное)	100	1	13,3	5	146	ТК № 108 (16/2004)
День 8	Суп картофельный (картофель - 80 г, морковь, лук репчатый, масло сливочное, шпинат- 2г)	250	2,95	6,7	20,2	163,6	ТК № 59 (133/2004)
	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста), масло сливочное (мдж 82,5%)	155	3,11	7,19	3,97	113,2	ТТК 271
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>885</b>	<b>7,06</b>	<b>27,19</b>	<b>70,81</b>	<b>584,3</b>	

Действует с 01.12.2024 г  
ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Меню приготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич ценность	№ рецептуры
			белки (растит)	жиры	углеводы		
ОБЕД	Яблоки	180	0	0	17,64	70,5	ТТК № 161
Неделя 1	Борщ Сибирский (свекла, картофель, капуста белокочанная, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь, маслосливочное, томатная паста), сметана	255	4,22	5,62	13,43	140,31	ТК № 54(111/2004)/ТТК № 81
	Булгур / овощи припущенные (овощная смесь)	100/100	3,32	9,48	28,76	234,56	ТТК № 274 /ТТК № 233
День 9	Кисель (1)	200	0,3	0	28,2	67	ТТК № 15
	<b>Итого за обед:</b>	<b>835</b>	<b>7,84</b>	<b>15,1</b>	<b>88,03</b>	<b>512,37</b>	

1 Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Менюготавливаемых блюд разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
 Сезон: осень, зима, весна. Возрастная категория: дети 7-11 лет

Действует с 01.12.2024 г  
 ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергитич ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Салат из отварной моркови с яблоками и растительным маслом	100	1	6,7	6,5	80	ТТК № 142
Неделя 1	Суп-пюре из цветной капусты (картофель - 80 г, цветная капуста - 30 г, молоко 2,5% - 30 г, масло сливочное, шпинат - 1 г), гренки	250	3,26	6,7	13,93	140,64	ТК № 76(168/2004)
	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста), масло сливочное (мдж 82,5%)	155	3,11	7,19	3,97	113,2	ТТК 271/ТТК № 49
День 10	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	0	0	24	91	пром
	<b>Итого за обед:</b>	<b>725</b>	<b>7,37</b>	<b>20,59</b>	<b>48,4</b>	<b>424,84</b>	