

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

УТВЕРЖДАЮ:

Региональный руководитель г.Волгограда



Н.В.Щеголькова

2021 г.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения №



2021 г.

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Полдник</b>						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,56</b>	<b>14,45</b>	<b>109,07</b>	<b>606,10</b>	

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплательным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Полдник</b>						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>12,76</b>	<b>9,37</b>	<b>95,63</b>	<b>517,30</b>	

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Полдник</b>						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоч) №342	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,99</b>	<b>8,69</b>	<b>113,45</b>	<b>569,60</b>	Сборник рецептов или ТТК

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (подлунки) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

4 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПШОШКА МОСКОВСКАЯ	150	Подлунки				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,93</b>	<b>14,79</b>	<b>111,42</b>	<b>620,06</b>	Сборник рецептов или ТТК



**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (подлунки) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	Подлунки				Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>12,76</b>	<b>9,37</b>	<b>95,63</b>	<b>517,30</b>	Сборник рецептов или ТТК

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (подлники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ВИШНЕЙ	150	Подлник				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко) №342	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,99</b>	<b>8,69</b>	<b>113,45</b>	<b>569,60</b>	Сборник рецептов или ТТК

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплотным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Полдник</b>						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,56</b>	<b>14,45</b>	<b>109,07</b>	<b>606,10</b>	Сборник рецептов или ТТК



**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (подлники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	Подлник				
КОМПОТ ИЗ ЯГОМА №348	200					Сборник рецептов или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,96</b>	<b>8,17</b>	<b>97,13</b>	<b>506,40</b>	Сборник рецептов или ТТК

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплательным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>ПОЛДНИК</b>						
ПИЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>13,13</b>	<b>16,09</b>	<b>109,12</b>	<b>633,26</b>	Сборник рецептов или ТТК

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдник) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Полдник</b>						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,89</b>	<b>8,49</b>	<b>114,15</b>	<b>567,20</b>	

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (подлники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	Подлник				
КОМПЛОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200					Сборник рецептур или ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,96</b>	<b>8,17</b>	<b>97,13</b>	<b>506,40</b>	Сборник рецептур или ТТК

**Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

12 день

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПШОШКА МОСКОВСКАЯ	150	Поддник				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26	Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
<b>ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ</b>						
	<b>Итого</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>уг</b>	<b>ккал</b>	
	Итого за период	132,62	136,82	1 274,37	6 852,58	
	Среднее значение за период	11,05	11,40	106,20	571,05	
	Соотношение пищевых веществ	1	1	4		