Примерное двухнедельное меню (комплекс) для питания детей-инвалидов с заболеванием фенилкетонурия в столовых школьных учреждений, обслуживаемых ООО "КП "Левобережный"

Возраст: 12 лет и старше Сезон: осенне-зимний

Смена: 2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Bec			цества, г	Энерг. ценность,	№ рецептуры и сборника
	написнование олюда	блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	ккал	
еделя 1							
ень 1							1
	Салат "Витаминка"	60	0,86	3,08	6,02	55,21	1, 2000
	Капуста белокочанная						
	Яблоки свежие						
	Лимонная кислота						
	Caxap	3,0					
	Масло растительное						
	Соль йодированная	0,2	-				
	Свекольник без сметаны	200	1,77	4,20	13,89	100,45	131, 2013
	Свекла	51,2					
	Картофель	34,4					
	Морковь	9,0					
	Лук репчатый						
	Томатная паста						
	Масло сливочное						
Обед	Соль йодированная						
	Caxap					1	
	Лимонная кислота						
	Вода						
	Зелень сушеная						
	Лавровый лист						
	Макаронные изделия отварные ФКУ	120	0,20	5,84	33,05	185,60	291, 2013
	Макаронные изделия ФКУ		7,=1			100,00	251, 2015
	Масло растительное						
	Соль йодированная						
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,83	0,00	20,78	86,43	348, 2015
	Курага		0,03	0,00	20,70	30,43	340, 2013
	Caxap						
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	204,0					
гого за обед:	БОДИ	580	3,66	13,12	73,74	427,69	
	Мандарин	80	0,64	0,24	6,48	30,64	112, 2013
Полдник	Морс в индивидуальной упаковке, шт.	200	0,00	0,00	10,50	42,00	112, 2013
ого за полдник:		280	0,64	0,00	16,98	72,64	
нь 2		200	0,04	0,24	10,70	/2,04	
	Салат из свеклы с яблоками	60	0,69	3,10	7,12	59,13	60, 2013
	Свекла	42,3	0,09	3,10	1,12	39,13	00, 2013
	Яблоки свежие						
		15,0			-		
	Масло растительное	3,0					

			_				
	Caxap	1,8					
	Рассольник Ленинградский без сметаны	200	1,66	4,27	12,01	93,08	96, 2015
	Картофель	50,0					
	Крупа перловая	4,0					
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	4,0					
	Огурцы соленые	12,0					
	Масло растительное	4,0					
0600	Соль йодированная	0,3					
(7000	Вода	160,0					
	Зелень сушеная	0,12					
	Лавровый лист	0,01					
	Каша гречневая рассыпчатая ФКУ	100	1,60	3,70	30,80	162,87	297, 2004
	Крупа гречневая (Увелка)	40,0	1,00	2,70	50,00	102,07	277, 200
	Вода	60,0				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
	Соль йодированная	1,0					1
	Масло растительное	3,3					
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	14.50	50.20	240, 201
		16,0	0,30	0,00	14,50	59,20	349, 201:
	Компотная смесь						
	Caxap	15,0					
	Кислота лимонная	0,02	ļ				
	Вода	205,0					
ого за обед:		560	4,26	11,07	64,42	374,28	
Полдник	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40	112, 2013
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблочный)	200	0,00	0,00	20,00	80,00	518, 2013
ого за полдник		300	0,40	0,40	29,80	124,40	
њ 3							
	Икра овощная	60	0,77	6,03	5,59	79,71	TTK
	Морковь	36,0					
	Лук репчатый	9,0					
	Томатная паста	3,6					
	Масло растительное	6,0			-		
	Лимонная кислота	0,5					
	Caxap	1,5					<u> </u>
	Вода	7,2					
	Соль йодированная	0,2					-
	Лавровый лист	0,01					
	Щи из капусты свежей с картофелем без сметаны	200	1,53	4.15	7.50	72.56	124 200
			1,55	4,15	7,52	73,56	124, 2004
	Капуста белокочанная	40,0					-
	Картофель	24,0					
	Морковь очищенная, п/ф	10,4					
	Лук репчатый	8,0					

Обед	Соль йодированная	0,3	1				
	Масло растительное	4,0					
	Вода	160,0					
	Зелень сушеная	0,12					
	Лавровый лист	0,01					
	Томатная паста	1,0					
	Рис припущенный ФКУ с маслом растительным	120	0,21	5,93	32,71	185,02	415, 2013
	Крупа рисовая ФКУ	41,4					- 1
	Вода	87,0					
	Масло растительное	5,4					
	Соль йодированная	0,2					
	Компот из свежих яблок и свежемороженой клубники	200	0,12	0,08	16,91	68,82	ТТК
	Яблоки свежие	12,0					
	Клубника с/м	10,0					
	Caxap	15,0					
	. Кислота лимонная	0,02					
ого за обед:		580	2,62	16,19	62,73	407,11	
	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
Полдиик	Кисель в индивидуальной упаковке, шт.	130	0,00	0,00	14,95	59,80	112, 2013
ого за полдник		330	1,80	0,40	31,15	135,40	
11. 4			1,00	0,10	01,10	100,10	
	Салат из белокочанной капусты	60	1,02	3,06	5,99	55,54	43, 2004
	Капуста белокочанная	50,0		.,	- /-	/-	
	Морковь	9,0					
	Лимонная кислота	0,2					
	Caxap	3,0					
	Масло растительное	3,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Суп картофельный	200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
	Картофель	50,0	1,23	2,21	7,52	02,55	131, 1990
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0					
	Масло растительное	2,0	-				
	Вода	140,0					
Obed							
Criteti	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01					-
	Зелень сушеная	0,12	1.70	2.25	14.61	05.22	TOTAL
	Пюре картофельное (без молока) с маслом растительным	100	1,78	3,35	14,51	95,33	TTK
	Картофель очищенный, п/ф	89,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Вода	14,0					
	Масло растительное	3,0					

	Компот из свежих яблок и мандаринов	200	0,16	0,09	17,28	70,57	TTK
	Яблоки свежие	12,0					
	Мандарины	14,0					
	Сахар	15,0					
	Кислота лимонная	0,03					
	Вода	200,0					7
гого за обед:		560	4,21	8,71	47,30	284,43	
*****	Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке,шт.	90	0,00	0,00	13,95	55,80	590, 2013
Полдник	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблочный)	200	0,00	0,00	20,00	80,00	518, 2013
гого за полдник		290	0,00	0,00	33,95	135,80	
911. 5				,			
	Салат "Овощной букет"	60	0,82	9,11	5,70	108,11	35, 2000
	Картофель	25,4	,,,,				
	Морковь	12,1					
	Огурцы соленые	9,0					
	* Лук репчатый	6,0	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
	Масло растительное	9,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Борщ с капустой и картофелем без сметаны	200	1,49	4,13	10,70	85,92	82, 2015
	Свекла	32,0	1,47	7,13	10,70	03,92	62, 2013
	Капуста белокочанная	16,0					
		16,0					
	Картофель						
	Морковь	10,4					
	Лук репчатый	8,0	1				
0.4	Томатная паста	2,6					
Obed	Масло растительное	4,0					
	Caxap	2,4	ļ				
	Соль йодированная	0,3				*	
	Лимонная кислота	0,1					
	Вода	170,0					
	Зелень сушеная	0,1					
	Лавровый лист	0,01					
	Макаронные изделия отварные ФКУ с маслом растительным	120	0,20	5,84	33,05	185,60	291, 2013
	Макаронные изделия ФКУ	40,8					
	Масло растительное	5,4					
	Соль йодированная	0,2					
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	19,27	79,80	519, 2013
	Плоды шиповника (сушеные)	20,0					
	Сахар	15,0					
	Вода	230,0					
ого и обед:		580	3,20	19,08	68,72	459,43	
Handers	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013

110/10/10/10	Компот в индивидуальной упаковке, шт.	200	0,00	0,00	22,00	88,00	
гого на полдник		400	1,80	0,40	38,20	163,60	
	Салат "Овощной букет"	60	0,82	9,11	5,70	108,11	35, 2000
	Картофель	25,4					
	Морковь	12,1					
	Огурцы соленые	9,0					
	Лук репчатый	6,0					
	Масло растительное	9,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Суп из овощей без сметаны	200	1,54	4,20	9,06	80,18	99, 2015
	Капуста белокочанная	16,0					
	Картофель	40,0					
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0					
	Горошек конс.	6,4					
Obed	Масло растительное	4,0					1 1
	Соль йодированная	0,3					
	Вода	152,0					
	Лавровый лист	0,01					
	Зелень сушеная	0,12					
	Картофель отварной	100	2,00	3,90	16,30	108,27	ТТК
	Картофель	100,0	-				
	Соль йодированная	0,8					
	Масло растительное	3,5					
	Компот из плодов или ягод сущеных (изюм)	200	0,37	0,00	21,35	86,88	348, 2015
	Изюм	16,0			-		
	Caxap	12,0					
	Кислота лимонная	0,02				3	
	Вода	215,0					
гого за обед:		560	4,72	17,21	52,41	383,44	
	Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке,шт.	90	0,00	0,00	13,95	55,80	590, 2013
Полдиик	Мандарин	80	0,64	0,24	6,48	30,64	112, 2013
гого за полдинк		170	0,64	0,24	20,43	86,44	
дели 2			- 				
m. 1							
	Салат "Ералаш"	60	0,93	3,05	6,41	56,82	2, 2000
	Капуста белокочанная	36,0					
	Свекла	18,9					
	Лимонная кислота	0,1					
	Caxap	3,0					
	Масло растительное	3,0					
	Соль йодированная	0,2					

		-	-				
	Суп картофельный с макаронными изделиями ФКУ	200	1,29	2,70	16,00	93,46	147, 2013
	Картофель	50,0					
	Макаронные изделия ФКУ	8,0					
	Морковь	8,0		_			
	Лук репчатый	8,0					
	Соль йодированная	0,3					
Ooco	Масло растительное	2,4					
	Вода	152,0					
	Зелень сушеная	0,12					
	Лавровый лист	0,01					
	Рис припущенный ФКУ с маслом растительным	120	0,21	5,93	32,71	185,02	415, 2013
	Крупа рисовая ФКУ	41,4				,	
	Вода	87,0					
	Масло растительное	5,4					
	Соль йодированная	0,2					
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,83	0,00	20,78	86,43	348, 2015
	Компот из плодов или этод сушсных (курага) Курага	16,0	0,03	0,00	20,70	00,43	340, 2013
		12,0					
	Caxap	0,02					
	Кислота лимонная						
	Вода	204,0	2.26	11.60	75.00	421.72	
ого и обед:	lar.	580	3,26	11,69	75,89	421,73	112 2012
Полоник	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40	112, 2013
	Морс в индивидуальной упаковке, шт.	200	0,00	0,00	10,50	42,00	
ого за полдинк	K:	300	0,40	0,40	20,30	86,40	
111. 2			T 0.00	605		70.56	7 2012
	Салат из моркови	60	0,69	6,05	5,60	79,56	7, 2013
	Морковь	52,8					
	Сахар	1,8					
	Соль йодированная	0,2					
	Масло растительное	6,0					
	Суп картофельный	200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
	Картофель	50,0				1	
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0					
	Масло растительное	2,0					
	Вода	140,0					
		0,3					
	Соль иодированная			1			1
	Соль йодированная Лавровый лист				100		
	Лавровый лист	0,01					
	Лавровый лист Зелень сушеная	0,01 0,12	1.96	4.97	12.63	103.14	143, 2015
	Лавровый лист	0,01	1,96	4,97	12,63	103,14	143, 2015

	Лук репчатый	8,6					
	Капуста белокочанная	20,0					
	Масло растительное	3,5					
	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01		-			
	Вода	27,0					
	Масло сливочное	1,7					
	Мука пшеничная в/с	1,3					
	Томатная паста	3,0					
	Caxap	0,3					
	Компот из свежих яблок и свежемороженой клубники	200	0,12	0,08	16,91	68,82	TTK
	Яблоки свежие	12,0					
	Клубника с/м	10,0					
	Caxap	15,0					
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	215,0	 				(0)
того за обед:		560	4,01	13,31	44,66	314,51	
	Мандарин	80	0,64	0,24	6,48	30,64	112, 2013
Полдник	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблочный)	200	0,00	0,00	20,00	80,00	518, 2013
того за полдник		280	0,64	0,24	26,48	110,64	010, 2010
ень 3		200	1 0,04	0,21	20,10	110,01	
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,00	4,20	4,20	54,60	115, 2013
	Борщ с капустой и картофелем без сметаны	200	1,49	4,13	10,70	85,92	82, 2015
	Свекла	32,0	.,	1,11	,		
	Капуста белокочанная	16,0					
	Картофель	16,0					
	Морковь	10,4					
	Лук репчатый	8,0	1			_	
177	Томатная паста	2,6					
	Масло растительное	4,0			-		
	Caxap	2,4					
	Соль йодированная	0,3					
Obed	Лимонная кислота	0,1					
1	Вода	170,0					
	Зелень сушеная	0,1				-	
1	Лавровый лист	0,01					1-
	Макаронные изделия отварные ФКУ с маслом растительным	120	0,20	5,84	33,05	185,60	291, 2013
1	Макаронные изделия отварные ФКУ с маслом растительным Макаронные изделия ФКУ	40,8	0,20	3,01	55,05	100,00	251, 2015
	Масло растительное	5,4					
1	Соль йодированная	0,2					
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	19,27	79,80	519, 2013
	Плоды шиповника (сушеные)	20,0	0,00	0,00	17,27	77,00	317, 2013
4	плоды шиповника (сушеные)	20,0					

	Caxap	15,0	T	1	1		
	Вода	230,0					
гого за обел:	2044	580	2,38	14,17	67,22	405,92	
	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
Полдник	Кисель в индивидуальной упаковке, шт.	130	0,00	0,00	14,95	59,80	
гого за полднин		330	1,80	0,40	31,15	135,40	
4							
	Салат из белокочанной капусты	60	1,02	3,06	5,99	55,54	43, 2004
	Капуста белокочанная	50,0					
	Морковь	9,0					
	Лимонная кислота	0,2_					
	Caxap	3,0					
	Масло растительное	3,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Рассольник без сметаны	200	1,29	4,22	9,35	80,55	133, 2013
	Картофель	50,0					
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	4,0					
	Огурцы соленые	12,0					
	Масло растительное	4,0				1	
Обед	Соль йодированная	0,3					
(7)20	Вода	150,0					
	Зелень сушеная	0,12		_			
	Лавровый лист	0,01					
	Пюре картофельное (без молока) с маслом растительным	100	1,78	3,35	14,51	95,33	TTK
	Картофель очищенный, п/ф	89,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Вода	14,0	<u> </u>				
	Масло растительное	3,0					
	Компот из свежих яблок и мандаринов	200	0,16	0,09	17,28	70,57	TTK
	Яблоки свежие	12,0					
	Мандарины	14,0					
	Caxap	15,0					
	Кислота лимонная	0,03			-(-		
	Вода	200,0					_
ого за обед:		560	4,25	10,72	47,13	301,99	
Полдник	Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке,шт.	90	0,00	0,00	13,95	55,80	
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблочный)	200	0,00	0,00	20,00	80,00	518, 2013
ого за полднив	«:	290	0,00	0,00	33,95	135,80	
ш. 5							
	Винегрет овощной	60	0,75	6,08	4,53	75,84	67, 2015
	Картофель	13,0					+

	Свекла						
	Морковь	6,1					
	Огурцы соленые						
	Лук репчатый	9,0					
	Масло растительное						
	Соль йодированая	0,2					
	Суп картофельный	200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
	Картофель	50,0					
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0				_	
	Масло растительное	2,0					
Obed	Вода	140,0					
	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01					
	Зелень сушеная	0,12		_			
	Каша гречневая рассыпчатая ФКУ	100	1,60	3,70	30,80	162,87	297, 2004
	Крупа гречневая (Увелка)	40,0	1,00	3,70	30,00	102,07	257,2001
	Вода	60,0					
	Соль йодированная	1,0					
	Масло растительное	3,3					
		200	0,30	0,00	14,50	59,20	349, 2015
	Компот из смеси сухофруктов Компотная смесь	16,0	0,50	0,00	14,50	39,20	349, 2013
			-				
	Caxap	15,0					
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	205,0	2.00	11.00	50.05	2 (0 0 0	
ого за обед:		560	3,90	11,99	59,35	360,90	110 0010
Полдник	Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	75,60	112, 2013
	Компот в индивидуальной упаковке, шт.	200	0,00	0,00	22,00	88,00	1
ого за полдник		400	1,80	0,40	38,20	163,60	
	Салат "Витаминка"	60	0,86	3,08	6,02	55,21	1, 2000
	Капуста белокочанная	45,6					
	Яблоки свежие	9,0					
	Лимонная кислота	0,1					
	Сахар	3,0					
	Масло растительное	3,0					
	Соль йодированная	0,2					
	Суп картофельный	200	1,25	2,21	9,52	62,99	131, 1996
	Картофель	50,0			-		
	Морковь	8,0					
	Лук репчатый	8,0				_	
	Масло растительное					-	
Ohad	Вода						

VVEV		0.2		1			
	Соль йодированная	0,3					
	Лавровый лист	0,01					
	Зелень сушеная	0,12 120	0.21	5.02	20.71	105.00	415 2012
	Рис припущенный ФКУ с маслом растительным		0,21	5,93	32,71	185,02	415, 2013
	Крупа рисовая ФКУ	41,4					
	Вода	87,0	ļ				
	Масло растительное	5,4	ļ				_
	Соль йодированная	0,2	ļ				212 2017
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,37	0,00	21,35	86,88	348, 2015
	Изюм	16,0					
	Caxap	12,0					
	Кислота лимонная	0,02					
	Вода	215,0					
ого за обед:		580	2,68	11,22	69,60	390,10	
Полдник	Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке,шт.	90	0,00	0,00	13,95	55,80	
полоник	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40	112, 2013
того за полдник		190	0,40	0,40	23,75	100,20	
	1						
-							
-					- 1		
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД						-
	СТЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА НЕГИОД		-				
	06.)	570	3,59	13,21	61,10	377,63	
	Обед	3/0	3,39	13,21	01,10	377,03	
		005	0.07	0.00	20.50	100.07	
	Полдник	297	0,86	0,29	28,70	120,86	
		0.17	4		00 = 1	106.13	
	День	867	4,45	13,50	89,79	498,49	

Примечание:

- 1 овощи свежие используются без тепловой обработки до 1 марта.
- 2 для заправки салата используются растительное масло и лимонная кислота
- 3 зелёный горошек используемый для салатов, подвергается термической обработке

При составлении меню были использованы следующие сборники технических нормативов:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996 г., Москва, "Хлебпродинформ"

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1997 г., Москва, "Хлебпродинформ"

Сборник рецептур блюд, мучных кулинарных и кондитерских изделий, рекомендованный для применения в предприятиях общественного питания, 2000 г., Новосибирск, "Новосибирская пищевая лаборатория качества"

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г., Москва, "Хлебпродинформ"

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, 2012 г., Пермь, ЗАО "Уральский региональный центр питания"

Сборник рецептур для школ, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, 2013 г., Пермь, ООО "Уральский региональный центр питания"

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, 2015 г., Москва, "ДеЛи плюс"

Сборник нормативно-технологической документации по организации специализированного питания для детей дошкольного и школьного возраста с наследственными заболеваниями обмена, практическое пособие, 2018 г., Новосибирск

Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях), методические рекомендации MP 2.4.0162-19, 2019 г., Москва

Технолог

Э.Ю. Бобровникова

тел. 240-78-45



