«УТВЕРЖДЕНО»
Директор ООО КШП «Кубаночка-93»

_____О.Л. Бахмет

«СОГЛАСОВАНО»
Директор общеобразовательного учреждения

_____

ООО КШП «Кубаночка-93»

Примерное цикличное меню

для учащихся общеобразовательных учреждений полдники для инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья возрастная группа 5-11 классы (2 смена) на 2022 учебный год

ООО КШП "КУБАНОЧКА-93"

Полдники для детей ОВЗ и инвалидов 5-11 классы 2 смена

1 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Булочка сырная	150	17,85	24,60	62,40	549,00
ТК	Компот из свежих (или свежезамороженных) плодов	200	0,32	0,08	28,20	114,60
	ИТОГО	**350**	**18,17**	**24,68**	**90,60**	**663,60**

2 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1104-83	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20	60
ТК	Кондитерское изделие	40	3,7	5,2	30	176
	ИТОГО	**350**	**15,76**	**15,63**	**83,17**	**510**

3 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1098-83	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,30
1032-83	Кисломолочный продукт (йогурт)	250	5,80	5,00	8,00	100,00
	ИТОГО	**350**	**18,10**	**12,31**	**46,90**	**369,30**

4 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
742-04, ТК	Кулебяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86
389-11	Сок фруктовый натуральный в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО	**400**	**7,43**	**6,23**	**61,23**	**334,66**

5 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
743-04	Расстегай с мясом	150	23,36	16,08	44,96	420,00
350-07	Кисель из плодов свежих(или свежезамороженных)	200	0,13	24,50	0,04	117,00
	ИТОГО	**350**	**23,49**	**40,58**	**45**	**537**

6 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
773-04	Булочка Детская с маком	150	6,57	10,95	52,50	333,00
379-11	Кофейный напиток с цикорием, молоком	200	3,17	2,70	15,95	100,60
	ИТОГО	**350**	**9,74**	**13,65**	**68,45**	**433,6**

7 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
757-04	Пирожок печеный с картофелем	150	9,05	11,40	55,35	360,00
385-17	Молоко или коктейль молочный	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	ИТОГО	**350**	**14,85**	**16,4**	**64,95**	**467**

8 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1104-83	Котлета куриная натуральная рубленая, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274,00
686-04	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15,00	60,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО	**410**	**12,46**	**10,83**	**57,97**	**381,00**

9 вариант

№ рецептур	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
738-04,1120-83	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00
389-11	Сок фруктовый натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО	**380**	**16,87**	**11,12**	**57,95**	**403,32**

10 вариант

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
786-04	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	290,00
382-11	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	121,77
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО	**400**	**17,56**	**10,00**	**66,06**	**458,77**
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		**154,43**	**161,43**	**642,28**	**4558,25**
	средняя		**15,44**	**16,14**	**64,23**	**455,02**

11 вариант (для субботы)

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
1104-83	Котлета куриная натуральная рубленая, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274,00
686-04	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15,00	60,00
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО	**410**	**12,46**	**10,83**	**57,97**	**381,00**

12 вариант (для субботы)

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
767-04	Булочка ванильная	100	7,90	8,50	58,10	343,00
379-11	Кофейный напиток с цикорием, молоком	200	3,17	2,70	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО	**410**	**11,47**	**11,60**	**83,85**	**490,60**