



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР- ОЛЫ»



Перспективное десятидневное меню
Полдник от 12 лет и старше - ОВЗ
для организации детского питания детей
в образовательных учреждениях
г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

**Полдник от 12 лет и
старше - ОБЗ**

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 04.09.2023							
Полдник	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,08	12,4	195	134/2004
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		482	13,7	7,28	40,5	316	
Вторник 05.09.2023							
Полдник	Борщ Сибирский на костном бульоне	250	9,5	5,7	17,6	166	113/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		495	11,6	5,9	45,5	285	
Среда 06.09.2023							
Полдник	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	4,5	4,3	10,2	175	124/2004
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		533	2,2	0,2	28,1	121	
Четверг 07.09.2023							
Полдник	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	12,2	6,85	28,4	248	139/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	14,3	7,05	56,3	367	
Пятница 08.09.2023							
Полдник	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,9	4,8	23,7	160	Г1/3/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		502	9,1	5	51,8	281	

Завтрак
Обед
Полдник

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Г. Лапшиной, 2004г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильного, 2005г.

**Полдник от 12 лет и
старше - ОВЗ**

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 11.09.2023							
Полдник	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	16	3,6	22,3	214	140/2004
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник			18,2	3,8	50,4	335	
Вторник 12.09.2023							
Полдник	Рассольник ленинградский на костном бульоне	250	5,1	5,2	20	142	132/2004;
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	7,2	5,4	47,9	261	
Среда 13.09.2023							
Полдник	Борщ с капустой,картофелем ина костном бульоне	250	13,1	6,8	13,4	231	110/2004
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		482	15,3	7	41,5	352	
Четверг 14.09.2023							
Полдник	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	13,3	8,05	28,5	288	139/2004
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		475	15,4	8,25	56,4	407	
Пятница 15.09.2023							
Полдник	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	16	3,6	22,3	214	140/2004
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за полдник		482	18,2	3,8	50,4	335	

Завтрак
Обед
Полдник

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лалшиной, 2004г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильного, 2005г.