

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ
Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
Е.А. Апсальямова



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.



ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
на обеспечение питанием обучающихся с ОВЗ (двухразовое питание: первый завтрак+второй завтрак)
в образовательных учреждениях г. Томска
из расчета 104.70 руб/чел

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано:

Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
В. В. Каширина

Утверждаю:
Директор МАОУ гимназии №6
Сорокина Е. В

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
НА ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПИТАНИЕМ
ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

Федеральная служба по надзору в
сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека
УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано:

Заместитель начальника отдела
санитарного надзора
Е.А. Апсалямова

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №49 :

Утверждаю:
ИП Ляпко И.Г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
НА ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПИТАНИЕМ
ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

Циклическое меню на завтрак для обучающихся с ОВЗ с 7 до 11 лет (104.70руб.)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход (гр., шт., ед.)	Ккал	Б	Ж	У	Са	Mg	P	Fe	A	B1	E	C
День 1														
№ 21	Яйцо вареное	1 шт	62.8	5.1	4.6	0.3	98.4	42.5	145.5	1.1	0	0.2	7.1	0.4
№ 173, 174, 181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210.5	7	5.8	32.7	105.6	86.8	184.8	2.3	15.1	0	0	0.8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 383 / 380	Кофейный напиток	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	607.1	16.72	21.32	83.52	248.52	159.46	352.82	8.44	74.1	0.2	8.3	21.6
День 2														
№269	Котлета рубленая мясная (особая)	80	117.25	6.85	8	5.14	5.6	8.34	69.37	0.11	0	0	0	0
№ 305	Рис припущенный	150	176	3	4.2	31.7	7.9	21.4	66.5	0	21.4	0	0	0
№331	Соус сметанный с томатный	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0

ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.шт	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	569.05	14.67	16.32	88.66	61.82	60.9	161.39	5.25	25.4	0	1.2	20.9
День 3														
№ 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/20	421	30	21.6	45	288	39.5	258.9	0.8	1.7	1.9	2.7	11.9
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.шт	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	754.8	34.22	31.92	75.92	298.32	50.26	280.62	1.04	60.7	1.9	2.7	11.9
День 4														
№ 234	Котлета рыбная (горбуша)	80	81.6	8	9.82	5.71	10.62	10.74	74.05	0.11	9.37	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172.85	3.09	9.15	17.98	41.65	27.39	87.02	1.02	49.99	0.14	0.11	17.79
№330	Соус сметанный	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														

	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	530.25	15.91	23.09	75.51	100.59	69.29	186.59	6.27	63.36	0.14	1.31	38.69
День 5														
№211	Омлет с колбасными изделиями	150	280	12	24	1.8	76.8	16.7	194.2	1.4	181.1	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	613.8	16.62	34.92	52.32	121.32	46.86	216.72	6.44	240.1	0	1.2	20.4
День 6														
№294	Биточки, рубленые из птицы	80	76.68	8	1.25	5.02	3.42	1.1	6.4	0.11	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4.9	3.5	32	17.2	13	47.6	0.6	0	0.1	0	1.6
№ 331	Соус сметанный с томатом	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 382 / 383	Какао	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	537.48	17.72	8.87	88.84	68.94	45.26	79.52	5.85	4	0.1	1.2	22.5
День 7														

№ 21	Яйцо вареное	1 шт	62.8	5.1	4.6	0.3	98.4	42.5	145.5	1.1	0	0.2	7.1	0.4
№ 173, 174,181	Каша молочная из пшенной, овсяной, гречневой, рисовой, кукурузной, манной, пшеничной и др. круп	200	210.5	7	5.8	32.7	105.6	86.8	184.8	2.3	15.1	0	0	0.8
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 383 / 380	Кофейный напиток	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.шт	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	607.1	16.72	21.32	83.52	248.52	159.46	352.82	8.44	74.1	0.2	8.3	21.6
День 8														
№70, №71, №136	Овощи свежие или консервированные, или тушеные	30	40	4	0.4	6.7	20	60	180	0	0	0	0	0
№ 291	Плов из птицы	200	267	14	8.3	28.5	10.1	23.5	64.6	0	0	0	0	2
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.шт	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	565.8	22.52	11.42	85.62	73.42	113.66	265.22	5.04	0	0	1.2	22.4
День 9														
№ 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/20	421	30	21.6	45	288	39.5	258.9	0.8	1.7	1.9	2.7	11.9

№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	901.65	34.22	31.92	75.92	298.32	50.26	280.62	1.04	60.7	1.9	2.7	11.9
День 10														
ТТК	Котлета рыбная (минтай, свинина)	80	93.71	5.71	5.25	4.8	15.08	14.62	81.37	0.11	10.97	0	0	0
№312	Пюре картофельное	150	172.85	3.09	9.15	17.98	41.65	27.39	87.02	1.02	49.99	0.14	0.1	17.8
№ 332	Соус сметанный с луком	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	542.36	13.62	18.52	74.6	105.05	73.17	193.91	6.27	64.96	0.14	1.31	38.69
День 11														
№ 268	Шницель мясной	80	163.42	5.71	12.57	7.31	4.45	8.11	59.08	0.11	0	0	0	0
№ 309	Макаронные изделия отварные	150	185	4.9	3.5	32	17.2	13	47.6	0.6	0	0.1	0	1.6
№331	Соус сметанный с томатом	30	17	0.3	1.4	1.4	5	1	4.9	0.1	4	0	0	0.5

№ 382 / 383	Какао	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	624.22	15.43	20.19	91.13	69.97	52.27	132.2	5.85	4	0.1	1.2	22.5
День 12														
№211	Омлет с колбасными изделиями	150	280	12	24	1.8	76.8	16.7	194.2	1.4	181.1	0	0	0
№ 5	Масло сливочное	10	75	0.1	8.2	0.1	1.2	0	1.9	0	59	0	0	0
№ 376, 377, 378	Чай	200	124	2.8	2	22.3	6	8.6	7.7	0	0	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия	30	40.8	1.32	0.12	8.52	3.12	2.16	12.12	0.24	0	0	0	0
Завтрак 2														
	Свежие фрукты	2.штг	94	0.4	0.6	19.6	34.2	19.4	0.8	4.8	0	0	1.2	20.4
		Итого:	613.8	16.62	34.92	52.32	121.32	46.86	216.72	6.44	240.1	0	1.2	20.4

