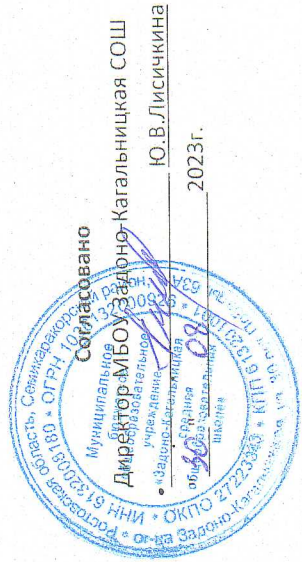




Организатор питания ИП Дерезина Е.Л.

К. 111
1954

№ документа 2023г.

обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей-инвалидов, осваивающих основные общеобразовательные программы на дому в муниципальных общеобразовательных учреждениях

1-я неделя

ЗАВТРАК

Сборник	наименование блюд	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			б	ж	у		В 1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1-я неделя														
ЗАВТРАК														
№ 120 СР Могильный М.П. 2015 г	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,77	4,45	17,955	136,4	0,072	0,66	20,1	0,32	130,4	126,9	21,34	0,52
№ 684 СР В.Лапшина 2004 г	чай с сахаром	200	0,1	0	13,8	55	0	0,1			4,95	8,24	4,4	0,86
№ 15 СР Могильный М.П. 2015 г	Сыр порционный	15	3,495	4,425	0	54	0,005	0,105	46	0,1	132	128	5,25	0,15
№ 96 СРШП 2004	Масло порциями	15	0,08	12,37	0,13	112,2	0		40	0,1	2,4	3		0,02
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,4	19,6	94,7	0	0	160	0,4	9,6	12	0	0,08
	Фрукты (яблоки)	100	0,6	0,6	14,7	70,3	0,05	16		0,3	10	16,5	9	2,2
Итого за прием пищи			13,145	22,245	66,185	522,6	0,127	16,87	266,1	1,22	289,35	294,64	39,99	3,83

УБЕД													
№ 260 СРШП 2004	Гуляш	80	14,55	16,79	2,89	221	0,03	0,92	1,89	21,81	134,58	22,03	3,06

№11 т/к 1 СРОУ 2015 г М.П.Могильного	Бутерброд с маслом	30	1,18	3,74	7,44	68	0,017	20	10	0,03	4,2	6,1	3,2	0,018
№297 СРШП 2004	Каша пшеничная	180	8,6	13,8	49,6	291,6	0,04		12	0,25	16,08	84,15	27,66	0,63
№ 684 СРШП 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0,01	4		0,08	6,4	4,4	3,6	0,92
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	60	2,28	0,27	13,86	66,3	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Итого за прием пищи		26,81	34,6	88,79	704,9	0,147	24,92	22	2,64	55,39	255,33	66,39	5,228
	ИТОГО В ДЕНЬ		39,955	56,845	154,975	1227,5	0,274	41,79	288,1	3,86	344,74	549,97	106,38	9,058
	Среднедневная сбалансированность													

ЗАВТРАК

ВТОРНИК

№ 342 СРШП 2004	Омлет, с сыром запеченный	150	20,64	24,95	3,05	320,18	0,12	0,48	0,32	0,822	396,3	267,03	21,03	5,51
технологическая карта табл.	Горошек зеленый консервированный	50	0,93	0,06	1,95	12	0,03	3		0,06	6	18,6	6,3	0,21
№ 382 СРШП 2015	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,04	1,59	18,06	0,01	218,56	175,1	21,34	0,48
№ 767 СРШП 2004	Булочка ванильная	60	5,1	6,56	35,8	222,6	0,31	0,56	1,6	2,36	42,8	83,18	26,84	0,86
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94,6	0,03			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
	Итого за прием пищи		33,75	35,51	77,98	767,98	0,53	5,63	19,98	3,512	668,26	561,31	82,11	7,46

ОБЕД

№ 71 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс.	Овощи свежие (соленые) порционные	60	0,66	0,12	2,28	13,2	0,02	10,5		1,54	8,4	13,9	12	0,54
№ 332 СРОУ 2015 г	Макароны отварные	180	5,1	9,15	34,2	224,5								
№ 290, СРШП 2004	Птица тушеная в соусе	80	11,78	10,12	2,93	150	0,12	0,33	6,6	2,38	44,68	188,79	47,6	0,83
№ 684 СРШП 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0,01	3,15		0,06	11,37	6,3	5,46	0,15
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	80	3,9	0,45	24,9	122	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
№ 42 т/к 331 СРОУ Могильный М.П. 2015	Соус томатный	25	0,44	1,249	1,756	20,02	0,0062	0,335			7,31		2,44	0,0995
	Итого за прием пищи		22,08	21,089	81,066	587,72	0,2062	14,31	6,6	4,37	78,65	235,09	77,4	2,2195

Итого в день		55,83	56,599	159,046	1355,7	0,7362	19,94	26,58	7,882	746,92	796,4	159,51	9,6795
Среднедневная сбалансированность													

СРЕДА

№ 267 СРОУ 2015 Могильный М.П.	Шницель мясной	80	13,83	28,63	6,58	341	0,07		31,7	1,89	12,69	144,68	22,37	2,64
№587 СРШП 2004 г	Соус томатный	15	0,325	0,6	1,05	11	0,02	3,75	4	0,11	6,28	8,48	4,9	0,24
№ 128 СРОУ М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015 г	Картофельное пюре	150	3,28	9,62	18,89	181,5	0,16	18,69	14,3	0,16	43,74	98,91	28,77	1,08
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	20	3,1	0,4	19,6	94,7	0,06	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
технологическая карта табл.	Мармелад	10	32,1	0,01	0	7,94					0,6	0,3	0,06	
№ 377 СРОУ 2015 М.П.Могильного и В.А.Тутельяна	Чай с лимоном	200	0,1	0	13,38	62	0	2,83		0,01	14,2	9,78	2,4	0,39
Итого за прием пищи			52,735	39,26	59,5	698,14	0,31	25,27	50	2,69	86,71	296,8	71,94	5,21

ОБЕД

технологическая карта табл.	Кабачковая икра	50	0,65	3,1	6,55	57,95	0,03	9		1,52	15,8	25,46	17,4	0,54
№ 40 Т/К 96 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015 г	Рассольник ленинградский	250	2	5,09	11,98	107,3	0,09	8,38	49,09	1,33	29,2	103,37	24,2	0,9
№ 18 Т/К 209 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015 г	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	63	0,03		67,2	2,36	22	239,91	4,8	1
№ 8 Т/К 349 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015 г	Компот из смеси сухофруктов	200	0,55	0,075	26,67	110,66	0,013	1,21		0,2	27,06	14	14,55	0,58
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	80	3,9	0,45	24,9	122	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
Итого за прием пищи			12,18	13,315	70,38	460,91	0,213	18,59	116,29	5,8	100,96	408,84	70,85	3,62
Итого в день			64,915	52,575	129,88	1159,05	0,523	43,86	166,29	8,49	187,67	705,64	142,79	8,83
Среднедневная сбалансированность														

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

№ 222СРОУ М.П.Могильного и В.А.Тутельян Дели Принт 2015 г	Пудинг из творога (запеченный)	150	22,4	17,07	51,4	449,32	0,11	0,65	0,08	1,25	281,11	262,4	43,67	1,45
№ 379 СРОУ 2015 г	Кофейный напиток	200	2,94	1,99	20,92	113,4	0,02	0,38	10		128,78	90,00	12,88	0,08
технологическая карта табл.	Фрукты	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38		0,2	35,00	17,00	11,00	0,10
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	50	3,1	0,4	19,6	94,7	0,064	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за прием пищи			29,24	19,66	99,42	695,42	0,254	39,03	10,08	1,97	454,09	404,2	80,75	2,43

ОБЕД

технологическая карта табл.	Салат из сырых (соленых) овощей	50	0,66	3,1	2,08	40,09	0,03	14,95		1,62	20,02	14,88	11,12	0,53
№ 331 СРОУ 2015 г М.П.Могильного № 499 СРОУ 2015 г	Соус томатный	50	0,88	2,498	3,512	40,04	0,0124	0,669		1,54	14,62	50,08	4,88	0,199
М.П.Могильного и В.А.Тутельян Дели Принт 2015 г	Котлета рубленая из птицы	80	29,2	6,8	0,5	186	0,05	1,6	494	1,67	32,13	163,67	21,8	3
технологическая карта табл.	Каша рассыпчатая	180	11,1	11,9	49,8	350	0,26		12	0,8	32,98	45,5	175,6	5,91
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	80	3,9	0,4	19,6	94,7	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
№ 648СРШП 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0,01	46		0,17	8,28	7,59	7,13	0,34
Итого за прием пищи			45,94	24,698	90,492	768,83	0,4124	63,22	506	6,19	114,93	307,82	230,43	10,579
Итого в день			75,18	44,358	189,912	1464,25	0,6664	102,2	516,08	8,16	569,02	712,02	311,18	13,009
Среднедневная сбалансированность														

ПЯТНИЦА**ЗАВТРАК**

№ 260 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельян	Гуляш	80	11,64	13,43	2,31	176,7	0,07	0,92		2,15	21,81	156,34	22,03	3,06
№ 171 СРОУ 2015 г	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,3	8,9	37,35	262,5	0,19			0,55	24,7	205,88	131,7	4,4
№ 382 СРОУ 2015 г	Какао на молоке	200	3,5	3,4	23,5	118,6	0	1,59		0,01	152,22	9,78	21,34	0,48
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,3	14,7	71	0,03			0,26	4,6	17,4	6,6	0,4
Итого за прием пищи			25,76	17,13	77,86	628,8	0,29	2,51	0	2,97	203,33	389,4	181,67	8,34

ОБЕД

технологическая карта табл.	Пряник ванильный	50	0,86	2,06	5,02	41,92	0,01	5,7	0,94	28,45	26,05	12,98	0,86
№ 259 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: Дели плюс.	Жаркое по-домашнему	230	21,29	23,78	21,79	387,7	0,18	8,88	2,82	40,1	163,8	55,83	5,07
№ 349 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: Дели плюс.	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,075	26,67	110,66	0,013	1,21	0,1	27,06	25,8	14,55	0,58
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	80	3,9	0,45	24,9	122	0,05		0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Итого за прием пищи		26,6	26,365	78,38	662,28	0,253	15,79	4,3	102,51	241,75	93,26	7,11
	Итого в день		52,36	43,495	156,24	1291,08	0,543	18,3	7,22	305,84	631,15	274,93	15,45
	Среднедневная сбалансированность												

2-я неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

ЗАВТРАК

технологическая карта табл.	Овощи св.(соленые)порционные	20	0,33	0,04	0,76	4,4	0,02	3,5	0,21	2,8	7,8	4	0,18
№ 234 СРОУ 2015 г	Котлеты рыбные	80	7,34	6,58	9,41	126,22	0,06	1,28	2,69	43,78	120,94	17,81	0,56
№ 304 СРОУ 2015 г	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,14	0	0,16	2,4	98,91	19	0,53
№ 377 СРОУ 2015 М.П.Могильного и В.А.Тутельяна	Чай с лимоном	200	0,1	0	13,8	62	0	2,38	0,01	14,2	0	2,4	0,36
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,4	19,6	94,6				4,6	17,4	6,6	0,4
	Итого за прием пищи		14,52	12,39	80,25	496,92	0,22	7,16	3,07	67,78	245,05	49,81	2,03

ОБЕД

№ 139	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	250	6,2	5,9	22,3	167	0,1	20,79	1,56	41,69	112,18	21,84	1,32
	Блинчик с курицей	80	12,52	13,36	3,94	186,09	0,07	1,93	1,24	22,82	137,71	17,94	1,93
№ 379 СРОУ 2015 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: Дели плюс.	Кофейный напиток	150	1	0,2	20,2	92	0,02	4	0,2	14	14	8	2,8
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	100	3,9	0,15	24,9	122	0,08	0	0,4	13,2	77,6	22,8	1,8

Итого за прием пищи	23,62	19,91	71,34	567,09	0,27	26,72	44	3,4	91,71	341,49	70,58	7,85
ИТОГО В ДЕНЬ	38,14	32,3	151,59	1064,01	0,49	33,88	78,9	6,47	159,49	586,54	120,39	9,88
Среднедневная сбалансированность												

ВТОРНИК

ЗАВТРАК

№ 219 СРОУ М.П.Могильного и В.А.Тутельян, 2015 г	Сырники из творога	150	25,88	20,6	26,8	296,84	0,2	0,54	80	2,25	267,62	270,28	26,8	0,93
№ 379 СРОУ 2015 г	Кофейный напиток	200	2,94	1,99	20,92	113,4	0,02	0,38	0	0	128,78	90	12,88	0,08
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	40	3,01	0,4	19,6	94,6	0,06	0	0	0,52	4,6	17,4	6,6	0,4
технологическая карта табл.	Фрукты	100	2,26	0,76	28,5	129	0,05	15		0,3	24	16,5	13,5	3,3
Итого за прием пищи			34,09	23,75	95,82	633,84	0,33	15,92	80	3,07	425	394,18	59,78	4,71

ОБЕД

технологическая карта табл.	Печенье сахарное	50	3,5	9	33,5	230	0,03	2,01	32,2	1,54	161,3	112,81	21,4	0,49
--------------------------------	------------------	----	-----	---	------	-----	------	------	------	------	-------	--------	------	------

№ 297 СРОУ 2014 г М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: Делфи плюс.	Голубцы ленивые	230	16,77	10,74	24,06	260,06	23,79	2,2	89	0,53	71,25	188,21	52,37	1,94
№ 684 СРШП 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0,01	4		0,08	6,4	4,4	3,6	0,92
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	80	3,9	0,45	24,9	122	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Итого за прием пищи		24,37	20,19	97,46	670,06	23,88	8,21	121,2	2,54	245,85	331,52	87,27	3,95
	Итого в день		58,46	43,94	193,28	1303,9	24,21	24,13	201,2	5,61	670,85	725,7	147,05	8,66
	Среднедневная сбалансированность													

СРЕДА

ЗАВТРАК

технологическая карта табл.	Овощи натуральные Соленые) свежие порционные	20	0,39	0,03	1,47	7,87	0,02	60,06	0	0,21	2,4	4,8	2,1	0,15
№ 431 СРШП 2004	Макаронны отварные, /Печень по строганоовски	150/85	15,52	14,533	21,9075	284,78	0,52	67,68	789,6	1,25	42,5	422,38	62,44	8,58
№ 332 СРОУ 2015 г	Соус сметанный с томатом	15	0,264	0,75	1,05	12,01	0,003	0,2	8	0,08	4,38	8,69	1,46	0,059
№ 685 СРШП 2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0,1	0	0	4,95	8,24	4,4	0,86
технологическая карта табл.	Печенье ванильное	30	2,29	2,95	16,11	100,2	0,12	0,56	1,6	2,36	13,5	83,18	26,84	0,52
	Итого за прием пищи		18,664	18,263	55,5375	462,86	0,663	128,6	799,2	3,9	67,73	527,29	97,24	10,169

ОБЕД

№ 290 СРОУ	Фрукты (яблоко, апельсин)	100	2,26	0,76	28,5	129	0,05	15	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3
№ 243 СРОУ	Сосиска отварная	80	5,55	12,7	0,7	141	0,2	7,37	24	3,65	36,07	195,27	43,78	1,06
№ 349 СРШП 2004	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,8	8,3	46,26	291,6	0,16	26,54	14,3	0,16	45,2	98,91	33,8	1,25
технологическая карта табл.	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	22,12	93,28	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,68
	Хлеб пшеничный	80	3,9	0,45	24,9	122	0,05			0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
	Итого за прием пищи		20,29	22,27	122,48	776,88	0,48	49,71	38,3	5,6	144,17	365,98	121,98	6,89
	Итого в день		38,954	40,533	178,018	1239,74	1,143	178,3	837,5	9,5	211,9	893,27	219,22	17,059
	Среднедневная сбалансированность													

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

технологическая карта табл.	Овощи натуральные свежие (соленые)	20	0,1	0,03	1,1	7	0,01	2,1	0,03	5,1	9	4,2	0,15
№ 495 СРШП 2004	Тефтели куриные (куры)	80	6,93	7,47	11,04	139,2	0,032	1,3	0,96	51,2	78,2	12,9	1,09
№ 171 СРОУ 2015 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	8,9	37,35	262,5	0,19			24,7	205,88	131,7	4,4
№ 382 СРОУ 2015 г	Какао на молоке	200	3,5	3,4	23,5	118,6	0,04	1,59	18,06	218,56	0	21,34	0,48
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	50	3,1	0,4	19,6	94,6	0,06	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за прием пищи			21,93	20,2	92,59	621,9	0,332	4,99	19,02	308,76	327,88	183,34	6,92

ОБЕД

№ 19 СРОУ 2015 г М.П.Могильного	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,92	95,2	100,8	0,05	10,68	2,34	49,73	52,44	26,1	1,2
№ 767 т/к 35 СРШП 2004	Булка ванильная	100	7,9	8,5	58,1	343	0,6	27,05	1,87	23,35	216,96	51,73	2,9
технологическая карта табл.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	0,2	14	14	8	2,8
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	100	3,9	0,45	24,9	122	0,05		0,39	6,9	26,1	9,9	0,6
Итого за прием пищи			14,65	14,07	198,4	657,8	0,72	41,73	4,8	93,98	309,5	95,73	7,5
Итого в день			36,58	34,27	290,99	1279,7	1,052	46,72	6,236	402,74	637,38	279,07	14,42
Среднедневная сбалансированность													

ПЯТНИЦА

ЗАВТРАК

№ 182 СРОУ 2015 г	Каша жидкая молочная (пшениная)	210	7,51	11,72	37,05	285	0,09	1,17	0,16	138,1	201,77	47,6	1,23
№ 377 СРОУ 2015 г	Чай с сахаром	200	0,1		13,8	62	0	2,83		14,2	8,24	2,4	0,36
№ 11 СРОУ 2015	Бутерброд с маслом	30	1,18	3,74	7,44	68	0		0,1	2,4	3		0,02
технологическая карта табл.	Хлеб пшеничный	50	3,1	0,4	19,6	94,7	0,06	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
технологическая карта табл.	Фрукты	100	0,6	0,45	15,45	70,5	0,03	7,5	0,6	28,5	24	18	3,45
Итого за прием пищи			12,49	16,31	93,34	580,2	0,18	11,5	1,38	192,4	271,81	81,2	5,86

ОБЕД

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ 15, СРОУ 2015 г М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: № 20, т/к 229 СРОУ 2015 г М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс. Могильный М.П 2015 г.	Бутерброд с маслом	30	1,77	5,6	11,16	102	10,5			8,4	12	0,54
	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	7,8	3,96	3,04	84	0,15	0,011	39,13	4,75	58,18	0,062
	Картофельное пюре	180	4,12	6,4	27,4	184,8	0,18	24,4	12	0,8	45,5	149,3
№ 684 СРШП 2004 технологическая карта табл.	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0,01	4		0,08	4,4	0,92
	Хлеб пшеничный	80	2,28	0,27	13,86	66,3	0,05			0,39	26,1	0,6
	Итого за прием пищи		16,17	16,24	70,46	495,1	10,89	28,41	51,13	6,02	134,18	151,422
	Итого в день		28,66	32,55	163,8	1075,3	11,07	39,91	126,13	7,4	405,99	157,282
	Среднедневная сбалансированность											
	Итого за 10 дней		460,374	404,92	1603,93	11384,93	29,638	509,2	2138	63,428	6238,1	106,046

1. Сборник технологических нормативов под редакцией В.Т. Лапшиной, 2004г. Хлебпродинформ., СР части 1-2 под редакцией Ф.Л. Марчука и В.Т. Лапшиной 1996 г СР 2004

2. Сборник технологических документов под редакцией Л.Е. Галунова, М.Т. Лабзина, 2008г. Санкт-Петербург

3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П 2015 г, 2011 г

4. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях по ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015 г, 2017 г

5. Химический состав пищевых продуктов под редакцией И.М. Скурихина, В.А. Шатерникова, 1984г. Москва

6. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна, 2008г. Москва

№ 442 СР 2005г А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко