

СОГЛАСОВАНО:
Директор образовательной организации

Горюнова М.А.
Ф.И.О.



Подпись

УТВЕРЖДАЮ:
БФ ООО «КШП» Подросток
Директор
А.В.Мишеев
Ф.И.О.

А.В.Мишеев
Подпись

**ООО «Комбинат школьного питания «Подросток»
Примерное 12— дневное меню
дополнительного питания ОВЗ
общеобразовательных организаций
2022-2023 учебный год**

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023год

День : Понедельник 1

сезон: Зима

Неделя : 1

№ рецеп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины					Минералы								
			Белки	Жиры	Углек.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Дополнительное питание																				
294**	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	0,04	0,01	2,8	0,38	0,01	3,54	6,25	4,6	0,29	30		0,02	0,7	
Ткц№1.1	Булочка «Дорожная»	70	4,9	7,77	30,94	229,53	0,112	0,058				22,33	1,008	44,33	17,62	11,06	1,078	35	0,98	3,3
	Итого:	270	4,97	7,78	46,25	291,15	0,152	0,068	2,8	22,71	1,018	47,87	23,87	15,66	1,368	65	0,98	3,32	13,7	

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023год

День : Вторник 2

сезон:Зима

Неделя : 1

№ рецеп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углек.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
ТТК№33	Лимонный напиток	200	0	0	22,4	89,6	0	0,01	2,8		0	0	14,2	2	0,4	21,4	0	0	0
Ткц №1.2	Булочка «Российская»	60	4,3	4,99	25,3	163,06	0,072	0,05		19,14	0,7	38	9	7	0,9	30	0,84	2,82	11,13
	Итого:	260	4,3	4,99	47,7	252,66	0,072	0,06	2,8	19,14	0,7	38	23,2	9	1,3	51,4	0,84	2,82	11,13

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023год

День : Среда 3

сезон:Осень-зима

Неделя : 1

№ рецеп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углек.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
493****	Чай с сахаром ,варенье, медом (с сахаром)	200	0,1	0	15	60	0	0			0		3	11	1	0,3	21		
590****	Печенье	40	3	3,92	29,76	166,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	36	11,6	8	0,83	0	0	0	0
	Итого:	240	3,1	3,92	44,76	226,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	39	22,6	9	1,13	21	0	0	0

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
 "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"
 Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023год
 День : Понедельник 7 сезон: Осень-зима

Неделя : 2

№ рецеп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины					Минералы								
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Дополнительное питание																				
274**	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,35	0	29,02	116,18		0						9,88	0	0,03				
539****	Пирожки печеные с повидлом	50	2,63	1,26	26,63	126,78	0,039	0	0,1	0,009	0,35	23,27	6,86	4,74	0,505	0	0	0	0	
Итого:		250	3,98	1,26	55,65	242,96	0,039	0	0,1	0,009	0,35	23,27	16,74	4,74	0,535	0	0	0	0	

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023год
 День : Вторник 8 сезон: Осень-зима

Неделя : 2

№ рецеп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
294**	Чай с лимоном	180	0,063	0,09	13,78	55,45	0,036	0,009	2,52	0,342	0,009	3,186	5,62	4,14	0,26	27		0,018	0,063
558****	Булочка «Алтайская»	100	8,6	5	52,8	290	0,12	0	2	0	3	66	16	14	1	0	0	0	0
Итого:		280	8,663	5,09	66,58	345,45	0,156	0,009	4,52	0,342	3,009	69,186	21,62	18,14	1,26	27	0	0,018	0,063

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023год
 День : Среда 9 сезон: Осень-зима

Неделя : 2

№ рецеп.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углев.		В1	В2	С	А	Е	Р	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
493****	Чай с сахаром, джемом, медом (с сахаром)	200	0,1	0	15	60	0	0		0		3	11	1	0,3	21			
590****	Печенье	40	3	3,92	29,76	166,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	36	11,6	8	0,83	0	0	0	0
Итого:		240	3,1	3,92	44,76	226,8	0,031	0	0	0,0032	0,035	39	22,6	9	1,13	21	0	0	0

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023 год
День : Четверг 10 сезон: Осень-зима

Неделя : 2

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
ГТКС8	Фруктовый чай с яблоком	200	0,2	0	35	115			0	1,2		6,9	9,2	5,9	0,54	91,6	0,87	0,1	3,13
Тгк№1.1	Булочка «Дорожная»	60	4,2	6,66	26,52	196,74	0,096	0,05		19,14	0,86	38	15,1	9,48	0,92	30	0,84	2,82	11,13
	Итого:	260	4,4	6,66	61,52	311,74	0,096	0,05	0	20,34	0,86	44,9	24,3	15,38	1,46	121,6	1,71	2,92	14,26

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023 год
День : Пятница 11 сезон: Осень-зима

Неделя : 2

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
274**	россия из концентрата изюмного чая	180	1,22	0	26,12	104,57		0	0				8,9	0	0,027				
589****	Пряники	40	2,36	1,88	30	146,4	0,032	0	0	0	0,96	20	4,4	3,6	0,32	218,76	2,82	9,42	37,12
	Итого:	220	3,58	1,88	56,12	250,97	0,032	0	0	0	0,96	20	13,3	3,6	0,347	218,76	2,82	9,42	37,12

Примерное меню дополнительного питания на 2022-2023 год
День : суббота 12 сезон: Осень-зима

Неделя : 2

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины					Минералы							
			Белки	Жиры	Углев.		B1	B2	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	Калий	Йод	Селен	Фтор
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дополнительное питание																			
300**	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром)	200	0,12	0	12,04	48,64		0,01		0,11			5		0,4	21			
588****	Вафли	64	1,8	2,12	49,48	224	0,02	0		0	0,448	23,04	10,24	6,4	0,96	0	0	0	0
	Итого:	264	1,92	2,12	61,52	272,64	0,02	0,01	0	0,11	0,448	23,04	15,24	6,4	1,36	21	0	0	0