

СОГЛАСОВАНО:

Директор образовательной организации

*Савкина С.В.*

Ф.И.О.



УТВЕРЖДАЮ:

ВрИО Генерального директора

ООО «КШП» Подросток

Д.А.Чернов

Ф.И.О.

Подпись

ООО «Комбинат школьного питания «Подросток»

Примерное 12— дневное меню

дополнительного питания ОВЗ

общеобразовательных организаций

2024-2025 учебный год

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День :Понедельник 1

сезон: Зима

Неделя : 1

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
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
Ттк№1.1	Булочка «Дорожная»	70	4.9	7.77	30.94	229.53	0.11	0.058		22.33	1.008	44.33	17.62	11.06	1.078	35	0.98	3.3	13
	<b>Итого:</b>	<b>270</b>	<b>4.97</b>	<b>7.78</b>	<b>46.25</b>	<b>291.15</b>	<b>0.15</b>	<b>0.068</b>	<b>2.8</b>	<b>22.71</b>	<b>1.018</b>	<b>47.87</b>	<b>23.87</b>	<b>15.66</b>	<b>1.368</b>	<b>65</b>	<b>0.98</b>	<b>3.32</b>	<b>13.7</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Вторник 2

сезон: Зима

Неделя : 1

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
ТТК№33	Лимонный напиток	180	0	0	20.16	80.64	0	0.009	2.52	0	0	0	12.78	1.8	0.36	19.26	0	0	0
Ттк №1.2	Булочка «Российская»	70	5.02	5.82	29.52	190.24	0.08	0.058		22.33	0.82	44.33	10.5	8.17	1.05	35	0.98	3.29	12.98
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>5.02</b>	<b>5.82</b>	<b>49.68</b>	<b>270.88</b>	<b>0.08</b>	<b>0.067</b>	<b>2.52</b>	<b>22.33</b>	<b>0.82</b>	<b>44.33</b>	<b>23.28</b>	<b>9.97</b>	<b>1.41</b>	<b>54.26</b>	<b>0.98</b>	<b>3.29</b>	<b>12.98</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Среда 3

сезон: Зима

Неделя : 1

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
493****	Чай с сахаром ,вареньем, 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	0.03	0	0	0.003	0.035	36	11.6	8	0.83	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>3.1</b>	<b>3.92</b>	<b>44.76</b>	<b>226.8</b>	<b>0.03</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.003</b>	<b>0.035</b>	<b>39</b>	<b>22.6</b>	<b>9</b>	<b>1.13</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Четверг 4

сезон: Зима

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
493****	Чай с сахаром ,вареньем, медом (с сахаром)	200	0.1	0	15	60	0	0	0			3	11	1	0.3	21			
Ттк№1.1	Булочка «Дорожная»	90	6.3	9.99	39.78	295.11	0.14	0.075		28.71	1.29	57	22.65	14.22	1.38	45	1.26	4.23	16.69
	<b>Итого:</b>	<b>290</b>	<b>6.4</b>	<b>9.99</b>	<b>54.78</b>	<b>355.11</b>	<b>0.14</b>	<b>0.075</b>	<b>0</b>	<b>28.71</b>	<b>1.29</b>	<b>60</b>	<b>33.65</b>	<b>15.22</b>	<b>1.68</b>	<b>66</b>	<b>1.26</b>	<b>4.23</b>	<b>16.69</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Пятница 5

сезон: Зима

Неделя : 1

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
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
590****	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	0.02	0	0	0.002	1.05	27	8.7	6	0.63	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>2.32</b>	<b>2.95</b>	<b>37.63</b>	<b>186.72</b>	<b>0.06</b>	<b>0.01</b>	<b>2.8</b>	<b>0.382</b>	<b>1.06</b>	<b>30.54</b>	<b>14.95</b>	<b>10.6</b>	<b>0.92</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0.02</b>	<b>0.7</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : суббота 6

сезон: Зима

Неделя : 1

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
300**	Чай с сахаром ,вареньем, медом (с сахаром)	180	0.11	0	10.84	43.78		0.009		0.099			4.5		0.36	18.9			
96****	Бутерброд с джемом или повидлом	40	1.2	4.2	20.4	124	0.02	0	0.1	0.03	0.2	12	6	3	0.4	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>220</b>	<b>1.31</b>	<b>4.2</b>	<b>31.24</b>	<b>167.78</b>	<b>0.02</b>	<b>0.009</b>	<b>0.1</b>	<b>0.129</b>	<b>0.2</b>	<b>12</b>	<b>10.5</b>	<b>3</b>	<b>0.76</b>	<b>18.9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"



День : Понедельник 7

сезон: Зима

Неделя : 2

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
ТТК№1.119	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.26	0	26.1	109.97	0		0				0.9	0	0.09				
Ттк№1.1	Булочка «Дорожная»	70	4.9	7.77	30.94	229.53	0.11	0.058		22.33	1.003	44.33	17.62	11.06	1.07	35	0.98	3.29	12.98
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>6.16</b>	<b>7.77</b>	<b>57.04</b>	<b>339.5</b>	<b>0.11</b>	<b>0.058</b>	<b>0</b>	<b>22.33</b>	<b>1.003</b>	<b>44.33</b>	<b>18.52</b>	<b>11.06</b>	<b>1.16</b>	<b>35</b>	<b>0.98</b>	<b>3.29</b>	<b>12.98</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Вторник 8

сезон: Зима

Неделя : 2

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
294**	Чай с лимоном	180	0.063	0.09	13.78	55.45	0.04	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
	<b>Итого:</b>	<b>280</b>	<b>8.663</b>	<b>5.09</b>	<b>66.58</b>	<b>345.45</b>	<b>0.16</b>	<b>0.009</b>	<b>4.52</b>	<b>0.342</b>	<b>3.009</b>	<b>69.19</b>	<b>21.62</b>	<b>18.14</b>	<b>1.26</b>	<b>27</b>	<b>0</b>	<b>0.018</b>	<b>0.063</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Среда 9

сезон: Зима

Неделя : 2

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
493****	Чай с сахаром ,вареньем, 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	0.03	0	0	0.003	0.035	36	11.6	8	0.83	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>3.1</b>	<b>3.92</b>	<b>44.76</b>	<b>226.8</b>	<b>0.03</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.003</b>	<b>0.035</b>	<b>39</b>	<b>22.6</b>	<b>9</b>	<b>1.13</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Четверг 10

сезон: Зима



№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
ТТК58	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
Ттк№1.1	Булочка «Дорожная»	60	4.2	6.66	26.52	196.74	0.1	0.05		19.14	0.86	38	15.1	9.48	0.92	30	0.84	2.82	11.13
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>4.4</b>	<b>6.66</b>	<b>61.52</b>	<b>311.74</b>	<b>0.1</b>	<b>0.05</b>	<b>0</b>	<b>20.34</b>	<b>0.86</b>	<b>44.9</b>	<b>24.3</b>	<b>15.38</b>	<b>1.46</b>	<b>121.6</b>	<b>1.71</b>	<b>2.92</b>	<b>14.26</b>

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ**

**"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"**

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : Пятница 11

сезон: Зима

Неделя : 2

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
ТТК№1.119	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1.26	0	26.1	109.97		0		0			0.9	0	0.09				
590****	Печенье	30	2.25	2.94	22.32	125.1	0.02	0	0	0.002	1.05	27	8.7	6	0.63	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>3.51</b>	<b>2.94</b>	<b>48.42</b>	<b>235.07</b>	<b>0.02</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.002</b>	<b>1.05</b>	<b>27</b>	<b>9.6</b>	<b>6</b>	<b>0.72</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ**

**"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ПОДРОСТОК"**

Примерное меню дополнительного питания на 2024-2025год

День : суббота 12

сезон: Зима

Неделя : 2

№ рец.	Прием 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
<b>Дополнительное питание</b>																			
300**	Чай с сахаром ,вареньем, медом (с сахаром)	200	0.12	0	12.04	48.64		0.01		0.11			5		0.4	21			
96****	Бутерброд с джемом или повидлом	50	1.5	5.25	25.5	155	0.03	0	0.125	0.037	0.25	15	7.5	3.75	0.5	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>1.62</b>	<b>5.25</b>	<b>37.54</b>	<b>203.64</b>	<b>0.03</b>	<b>0.01</b>	<b>0.125</b>	<b>0.147</b>	<b>0.25</b>	<b>15</b>	<b>12.5</b>	<b>3.75</b>	<b>0.9</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

