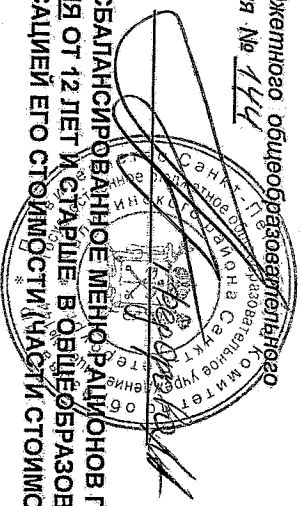


Согласовано

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения № 144

"01" января 2022г.

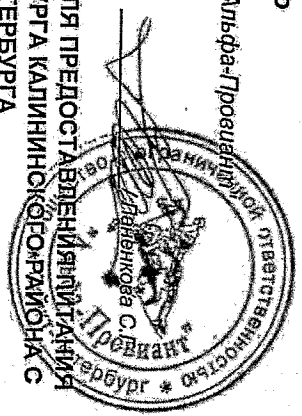
ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ СВАЛАНСИРОВАННОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД) ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ С ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА С КОМПЕНСАЦИЕЙ ЕГО СТОИМОСТИ (ЧАСТИ СТОИМОСТИ) ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ БЮДЖЕТА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА



"1" января 2022г.

Генеральный директор ООО "Альфа-Провидант"

Утверждено



Рацион: ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ОБЕД)

День: 1

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг)							Минеральные вещества (мг)			Аминокислоты	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сул)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Фенилаланин (мкг)				
<b>Обед</b>																		
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	0,013	338	2015		
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЯБЛОКАМИ	100	1,09	6,08	11,21	103,9	0,02	6,44	0	0	0	29,27	31,81	16,83	0,002	54	2015		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,26	5,7	10,56	107	0,08	19	0,24	240	0,6	75,2	123,8	47,9	0,1	ТТК-99,07			
МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКОМ	280	3,17	12,59	27,44	240,8	0,11	13,07	4,85	4650	1,87	67,2	80,27	121,33	0,078	343	2008		
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,45	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	ТТК-639,01				
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06	0,02	2	0	0	0,2	14	14	8	ТТК-442				
Итого за Обед	970	9,08	26,45	93,61	654,86	0,25	45,51	4,89	4890	3,1	209,47	265,88	206,33	0,193				
Итого за день		9,08	26,45	93,61	654,86	0,25	45,51	4,89	4890	3,1	209,47	265,88	206,33	0,193				

Рацион: ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ОБЕД)

День: 2

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг)							Минеральные вещества (мг)			Аминокислоты	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сул)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Фенилаланин (мкг)				
<b>Обед</b>																		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	0,006	338	2015		
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,72	5,1	2,5	59	0	9	0	0	1	21	38	13	0,02	ТТК-19			
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	1,06	2,93	2,21	39,5	0,01	11,25	0,07	70	0,45	56,7	83,05	31,15	0,051	ТТК-97			
ГОЛУБЦЫ С НИЗКОБЕЛКОВОЙ КРУПОЙ	280	0,73	21,28	26,6	338,8	0,08	70	0,07	70	9,52	168	151,2	67,2	0,109	ТТК-177,01			
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	ТТК-639,01				
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	27,3	109,6	0,01	2,6	0	0	0,08	3,6	2,7	3,6	0,012	ТТК-412,08			
Итого за Обед	970	3,16	31,21	81,91	662	0,13	102,85	0,17	170	11,28	270,1	285,95	124,22	0,198				
Итого за день		3,16	31,21	81,91	662	0,13	102,85	0,17	170	11,28	270,1	285,95	124,22	0,198				

Рацион: ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ОБЕД)

День: 3

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, сул)	Е (мг)	Са	Р	Мг	Са	Р				
<b>Обед</b>																			
ГРУЩА СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	0,013	338	2015			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,49	5,2	5,1	69	0,05	4,8	0,03	30	1,2	30	24	18	0,03	338	2015			
СУП КРЕСТЫНКАСКИЙ С КРУПЯМИ И СМЕТАНОЙ	250/10	3,56	6,53	12,76	123	0,06	18	0,05	50	2,8	79,2	138,8	45,9	0,061	ТТК-22,08				
ЖАРКОЕ ОВОЩНОЕ	280	4,03	0,53	30,28	150,15	0,21	171,92	0,04	40	0,91	87,47	152,25	67,94	0,046	ТТК-94,05				
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	ТТК-258,04					
КОМПОТ ИЗ ЯГОДА	200	0,5	0,1	28,1	116	0,03	2	0	0	0,1	16	26	0	0,01	ТТК-639,01				
Итого за Обед	970	9,13	14,16	100,04	573,25	0,37	201,72	0,12	120	5,44	236,47	357,05	144,11	0,16	ТТК-401,02				
Итого за день		9,13	14,16	100,04	573,25	0,37	201,72	0,12	120	5,44	236,47	357,05	144,11	0,16					

Рацион: ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ОБЕД)

День: 4

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, сул)	Е (мг)	Са	Р	Мг	Са	Р				
<b>Обед</b>																			
ЯГОЛОК СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	0,006	338	2015			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,72	5,1	2,5	59	0	9		0	1	21	38	13	0,02	ТТК-19				
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,26	5,7	10,56	107	0,08	19	0,04	40	0,6	75,2	123,8	47,9	0,065	ТТК-95,09				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ СВЕЖАЯ (с маслом растительным)	280	2,24	8,03	18,29	173,6	0,07	31,73	0,21	210	0,56	168	110,13	0,37	0,133	ТТК-346,02				
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	ТТК-639,01					
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯГОЛЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2	0,02	6	0	0	0,2	14	14	8	0,008	ТТК-443				
Итого за Обед	970	7,77	20,93	75,25	542,9	0,2	75,73	0,28	280	2,59	299	296,93	78,54	0,232	ТТК-443				
Итого за день		7,77	20,93	75,25	542,9	0,2	75,73	0,28	280	2,59	299	296,93	78,54	0,232					

Рацион: ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ОБЕД)

День: 5

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (ретинол, сул)	Е (мг)	Са	Р	Мг	Са	Р				
<b>Обед</b>																			
ГРУЩА СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	0,013	338	2015			
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ КАПУСТЫ И ОГУРЦА	100	1,5	10,1	4,4	115	0,04	26	0,04	40	4,7	26	37	20	0,023	ТТК-29,01				
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	250/10	0,99	2,63	3,29	39,75	0,01	10,75	0,07	70	0,45	55,95	83,8	31,9	0,052	81	2017			
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	ТТК-338					
КОМПОТ ИЗ ЯГОДА	200	0,5	0,1	28,1	116	0,03	2	0	0	0,1	16	26	0	0,01	ТТК-639,01				
Итого за Обед	970	6,15	25,17	85,72	617,32	0,27	58,68	0,24	240	6,24	185,22	312,13	82,84	0,225	ТТК-401,02				
Итого за день		6,15	25,17	85,72	617,32	0,27	58,68	0,24	240	6,24	185,22	312,13	82,84	0,225					

Рацион: ФЕНИЛКЕТОГУРИЯ (ОБЕД)

День: 6

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Фенилаланин (мкг)				
Обед																		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,2	5,3	2,9	64,1	0,02	1	0,09	90	1	38	36	19					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10	3,56	6,53	12,76	123	0,06	18	0,05	50	2,8	79,2	138,8	45,9					
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	280	4,2	10,36	26,6	215,6	0,08	10,08	0,28	280	0,11	44,8	106,4	64,4					
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	14	0					
Итого за Обед	200	1	0,2	20,6	88,2	0,02	4	0	0	0,2	14	14	8					
Итого за день	970	10,51	24,29	86,16	606	0,21	43,08	0,45	450	4,34	196,8	306,2	146,57					
Итого за день																		
Рацион: ФЕНИЛКЕТОГУРИЯ (ОБЕД)																		
День: 7																		
Возраст: 12-18 ЛЕТ																		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Фенилаланин (мкг)				
Обед																		
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0,49	5,2	5,1	69	0,05	4,8	0,03	30	1,2	30	24	18					
РИС ОТАРПНОЙ С ОВОЩАМИ	250/10	3,26	5,7	10,56	107	0,08	19	0,24	240	0,6	76,2	123,8	47,9					
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	280	0,98	10,04	73,46	386,14	0,09	1,68	0	0	0	24,36	155,12	54,6					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27					
Итого за Обед	200	0,6	0,1	31,7	130,1	0,02	0	0,01	10	0,5	21	23	16					
Итого за день	970	5,88	22,84	144,62	809,34	0,26	30,48	0,28	280	2,73	174,36	341,92	148,77					
Итого за день																		
Рацион: ФЕНИЛКЕТОГУРИЯ (ОБЕД)																		
День: 8																		
Возраст: 12-18 ЛЕТ																		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Фенилаланин (мкг)				
Обед																		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,72	5,1	2,5	59	0	9		0	1	21	38	13					
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/10	0,99	2,53	3,29	39,75	0,01	10,75	0,07	70	0,45	55,95	83,8	31,9					
ПЛОВ С ОВОЩАМИ	280	1,29	27,07	0	248,79	0,04	6,5	0,13	130	11,91	17,55	35,65	24,68					
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27					
СОК ФРУКТОВЫЙ МЯЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06	0,02	2	0	0	0,2	14	14	8					
Итого за Обед	200	4,56	36,78	49,69	550,7	0,1	38,25	0,23	230	13,79	129,3	182,45	86,85					
Итого за день	970	4,56	36,78	49,69	550,7	0,1	38,25	0,23	230	13,79	129,3	182,45	86,85					
Итого за день																		

Рацион: ФЕНИЛКЕТОГУРИЯ (ОБЕД)

День: 9

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептур			
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рег. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Mg	А	Е (мг)					Ca	P	Mg
Обед																						
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	0,013	338	2015						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	2,5	3,33	9,33	63,33	0	0	0	1,5	36,5	7,67	21,17	0,05	338	2015							
ЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/10	3,06	5,6	7,96	96	0,06	30	0,22	220	0,6	80,2	117,8	46,9	0,075	84	2008						
МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКОМ	280	3,17	12,69	27,44	240,8	0,11	13,07	4,66	4650	1,87	67,2	80,27	121,33	0,078	343	2008						
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	0,006	343	2008							
КИСЕЛЬ БРУСНИЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0	0	20,8	83,6	0,01	4	0	0,2	4	3	4	0,006	343	2008							
Итого за Обед	970	9,28	23,42	89,33	598,83	0,2	52,07	4,87	4870	4,6	210,7	224,74	205,67	0,222	1111							
Итого за день		9,28	23,42	89,33	598,83	0,2	52,07	4,87	4870	4,6	210,7	224,74	205,67	0,222	1111							

Рацион: ФЕНИЛКЕТОГУРИЯ (ОБЕД)

День: 10

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептур			
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рег. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Mg	А	Е (мг)					Ca	P	Mg
Обед																						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	0,006	338	2015						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И ОГУРЦА	100	1,5	10,1	4,4	115	0,04	26	0,04	40	4,7	26	37	20	0,023	338	2015						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	3,26	5,7	10,56	107	0,08	19	0,24	240	0,6	75,2	123,8	47,9	0,1	338	2015						
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	280	0,98	10,04	73,46	388,14	0,09	1,68	0	0	0	24,36	156,12	54,6	0,018	338	2015						
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	0,008	338	2015							
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2	0,02	6	0	0	0,2	14	14	8	0,008	338	2015						
Итого за Обед	970	7,29	27,94	132,32	813,44	0,26	62,68	0,31	310	5,73	160,36	340,92	139,77	0,165	1111							
Итого за день		7,29	27,94	132,32	813,44	0,26	62,68	0,31	310	5,73	160,36	340,92	139,77	0,165	1111							

Рацион: ФЕНИЛКЕТОГУРИЯ (ОБЕД)

День: 11

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептур			
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рег. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Mg	А	Е (мг)					Ca	P	Mg
Обед																						
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0	0,4	19	16	12	0,013	338	2015						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,49	5,2	5,1	69	0,05	4,8	0,03	30	1,2	30	24	18	0,03	338	2015						
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/10	0,96	2,53	3,29	39,75	0,01	10,75	0,07	70	0,45	55,95	83,8	31,9	0,052	81	2017						
ПЛОВ С ОВОЩАМИ	280	1,29	27,07	0	248,79	0,04	6,5	0,13	130	11,91	17,55	36,65	24,68	0,032	81	2017						
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27	0,001	81	2017							
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	130,1	0,02	0	0,01	10	0,5	21	23	16	0,001	81	2017						
Итого за Обед	970	3,92	36,7	63,89	602,74	0,14	27,05	0,24	240	14,49	148,3	182,45	102,85	0,128	1111							
Итого за день		3,92	36,7	63,89	602,74	0,14	27,05	0,24	240	14,49	148,3	182,45	102,85	0,128	1111							

Рацион: ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ОБЕД)

День: 12

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)	№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Мg					
<b>ОБЕД</b>																		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	30	0,2	16	11	9	0,006		338	2015	
ЛИМОН СВЕЖИЙ КАЛУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	100	1,74	5,51	9,54	94,67	0,03	5,82	0	0	1,67	42,75	53,84	29,59	0,057		ТТК-55		
СВЕЖАЯ ОТВАРНАЯ (С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ)	250/10	1,06	2,93	2,21	39,5	0,01	11,25	0,07	70	0,45	56,7	83,05	31,15	0,051		ТТК-87		
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	30	4,2	10,36	26,6	215,6	0,08	10,08	0,28	280	0,11	44,8	106,4	64,4	0,129		471	2013	
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,15	1,5	13,5	68,1	0	0	0	0	0,03	4,8	0	0,27		ТТК-639,01			
Итого за Обед	970	8,55	20,9	82,25	563,07	0,17	41,15	0,38	380	2,66	179,05	268,29	142,41	0,243		ТТК-444		
Итого за день		8,55	20,9	82,25	553,07	0,17	41,15	0,38	380	2,66	179,05	268,29	142,41	0,243				

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)			Аминокислоты	Фенилаланин (мкг)
	Б	Ж	У		В1 (мг)	С (мг)	А (мг)	А (рет. экв. сут)	Е (мг)	Са	Р	Мg	Ca	P	Mg				
Среднее значение за период	85,28	310,79	1084,79	7504,45	2,56	779,25	12,46	12460	76,99	2399,13	3364,91	1608,93	6,42	199,93	260,41	134,08	2,263		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	7,11	25,9	90,4	632,04	0,21	64,94	1,04	1040	6,42	199,93	260,41	134,08	0,19						
Сбалансированность	0	1	4																

**СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)**

Возраст детей	Обед
12-18 ЛЕТ	970

**ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речу, 2008. - 800 с.
2. Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания / Под ред. М.П. Морильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2013. - 800с.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Морильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.
4. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Морильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015. - 544с.

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)