"Согласовано"
____
"18" 04 2022г.

"Утверждаю" Директор
МУП ТОП "Поиск"
Васюкова А.Н.
"18" 04 2022г.

«Поиск»

Примерный 12-дневный рацион питания детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) с 7 до 18 лет обучающиеся в общеобразовательных учреждениях г.Воткинска по адаптированным общеобразовательным программам. На весенний период.

День 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	КилоДжоу-ли (кДж)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У			B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак для детей 7-18 лет															
	Бутерброд с маслом и сыром	25/10/20	9,14	12,97	24,73	253,60	1061,06	0,06	0,14	82,00		12,60	155,50	18,00	0,71
257/94	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	200/10	8,10	10,54	39,93	283,75	1187,21	0,25	1,25	59,20		136,19	206,90	55,23	1,52
146/08	Чай с лимоном	200/7	0,25	0,05	13,85	56,67	237,11		2,80			3,25	1,54	0,84	0,09
Х/3	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	10,02	52,20	218,40	0,05				10,50	47,40	14,10	1,17
Итого за Завтрак для детей 7-18 лет			19,47	23,92	88,53	646,22	2703,78	0,36	4,19	141,20		162,54	411,34	88,17	3,49
Обед для детей 7-18 лет															
44/08	Агырчи шыд (блюдо удмуртской кухни) со сметаной	200/10	1,90	3,25	10,31	77,95	326,14	0,07	18,68	23,02		37,12	58,34	20,19	0,78
439/94	Окорочок куриный отварной	75	20,82	10,07	0,09	170,96	715,30	0,10		0,04		20,32	146,35	21,02	2,11
464/94	Каша гречневая вязкая	150	4,48	4,44	19,55	133,76	559,65	0,16		21,00		14,28	114,45	75,33	2,57
628/94	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	13,66	54,55	228,24					0,45			0,05
	Хлеб Пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	245,81	0,03				5,00	16,25	3,50	0,28
	Хлеб Дарницкий	25	1,65	0,30	8,35	43,50	182,00	0,05				8,75	39,50	11,75	0,98
ТТК №89	Пирог манный (новый)	55	3,50	11,97	26,72	229,22	959,06	0,04	0,17	76,72		38,73	50,58	7,30	0,43
Итого за Обед для детей 7-18 лет			34,44	30,27	90,98	768,69	3216,20	0,45	18,85	120,78		124,65	425,47	139,09	7,20
Итого за день			53,91	54,19	179,51	1414,91	5919,98	0,81	23,04	261,98		287,19	836,81	227,26	10,69