



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ "Комбинат питания"
Г.Г. Волков
01 сентября 2026

Примерное меню для питания Детей с ограниченными возможностями здоровья, сопровождающимися ограничениями в питании
(Фенилкетанурия) в школьных столовых, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания", 196,07 руб (ФКУ)

7-11 лет

Сезон: осень- зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя 1 день							
Обед	Салат Витаминка /свежая капуста, яблоки, масло растительное/	100	1,43	5,06	10,56	93,46	№1,2000
	Каша гречневая низкобелковая отварная с маслом	150	0,06	5,44	0,10	49,57	№237, 2013
	Напиток витаминизированный Черномординоный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
	Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
	Пюре яблочное	125	0,00	0,00	11,00	44,00	пром
	Яблоко свежее	270	1,08	1,08	26,46	119,88	№112,2013
	Всего	1 075	2,92	25,11	70,14	458,25	
2 день							
Обед	Салат Школьный /свекла, огурцы, горошек, масло растительное/	100	1,64	10,03	8,25	129,79	ТК
	Капуста тушеная	200	4,81	7,07	20,95	166,63	ТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
	Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
	Пюре яблочное	125	0,00	0,00	11,00	44,00	пром
	Мандарины свежие	121	0,96	0,24	9,00	42,00	№112,2013
	Яблоко свежее	220	0,88	0,88	21,56	97,68	№112,2013
	Всего	1 196	8,80	31,91	90,20	623,20	
3 день							
Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	60	0,48	0,00	1,80	9,12	№106, 2013
	Рис низкобелковый отварной с маслом	100	0,04	3,26	0,06	29,74	ТК
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
Всего		390	0,87	16,81	13,41	148,42	

4 день	Обед	Маринад морковный	100	1,35	10,12	9,33	133,73	№612, 2004
		Каша гречневая низкобелковая отварная с маслом	150	0,08	7,25	0,13	66,09	№237, 2013
		Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
		Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
		Сок т/л	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
		Пюре яблочное	125	0,00	0,00	11,00	44,00	пром
	Всего	Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50	№112, 2013
			935	2,99	31,21	47,38	422,36	
5 день	Обед	Салат Золотая осень /капуста, морковь, яблоко, кукуруза, масло/	100	1,30	10,15	11,75	143,46	№13, 2000
		Макаронные изделия низкобелковые отварные с маслом	150	0,05	4,89	0,09	44,61	ТТК
		Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
		Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
		Сок т/л	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
		Яблоко свежее	280	1,12	1,12	27,44	124,32	№112, 2013
	Всего		960	4,75	16,32	83,67	500,55	
2 неделя	1 день							
	Обед	Овощи натуральные /помидоры свежие/	60	0,36	0,00	2,52	11,52	№106, 2013
		Каша гречневая низкобелковая отварная с маслом	150	0,06	5,44	0,10	49,57	№237, 2013
		Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
		Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
		Сок т/л	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
		Пюре Фруто Наня	90	0,00	0,00	9,00	36,00	пром
		Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6,00	28,00	№112, 2013
	Всего		810	1,41	19,14	39,64	276,43	
2 день	Обед	Овощи натуральные /огурцы свежие/	100	0,80	0,00	3,00	15,20	№106, 2013
		Макаронные изделия низкобелковые отварные с маслом	150	0,05	4,89	0,09	44,61	ТТК
		Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	№699, 2004
		Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
		Сок т/л	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
		Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112, 2013
	Всего		940	2,42	19,52	45,74	308,29	
3 день	Обед	Овощи натуральные /помидоры свежие/	50	0,30	0,00	2,10	9,60	№106, 2013
		Рис низкобелковый отварной с маслом	100	0,04	3,26	0,06	29,74	ТТК
		Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
		Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
	Всего		380	0,69	16,81	13,71	148,90	
4 день	Обед	Салат из белокочанной капусты /капуста, морковь, масло растительное/	100	1,55	5,01	9,95	91,03	№43, 2004
		Капуста тушеная	200	4,81	7,07	20,95	166,63	ТТК
		Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
		Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром

	Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,24	пром
	Пюре яблочное	125	0,00	0,00	11,00	44,00	пром
	Мандарины свежие	140	1,120	0,280	10,500	49,000	№112,2013
	Яблоко свежее	260	1,04	1,04	25,48	115,44	№112,2013
Всего		1 255	9,02	26,95	93,87	594,08	
5 день							
Обед	Винегрет овощной	100	1,22	10,07	8,34	128,89	№71, 2004
	Макаронные изделия низкобелковые отварные с маслом	150	0,05	4,89	0,09	44,61	ТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТК
	Хлебобулочные изделия (безбелковый)	30	0,15	13,50	1,50	68,10	пром
	Сок т/п	200	0,20	0,04	4,04	17,32	пром
	Пюре яблочное	125	0,00	0,00	11,00	44,00	пром
		110	0,88	0,22	8,25	38,50	№112,2013
Всего	Мандарины свежие	915	2,66	28,89	47,11	399,10	
Всего за две недели Обед		8 856	36,52	232,67	544,86	3879,57	
Среднее значение за период		885,6	3,7	23,3	54,5	387,96	