

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГПОУ ТО «ТКПТС»  
С.С. Курдюмов  
«23» 2024 г.



**Примерное цикличное меню  
для обучающимся по программам СПО с ОВЗ  
на 2024-2025 учебный год с 12 лет и старше  
(ГПОУ ТО «ТКПТС» г. Тула, ул. Чмутова, д. 1в)**

| №<br>рецептуры     | Наименование блюда               | Вес<br>блюда,<br>г | Пищевые вещества, г |      |          | Энергетиче<br>ская<br>ценность,<br>Ккал |
|--------------------|----------------------------------|--------------------|---------------------|------|----------|-----------------------------------------|
|                    |                                  |                    | Белки               | Жиры | Углеводы |                                         |
| 1                  | 2                                | 3                  | 4                   | 5    | 6        | 7                                       |
| <b>1 день ОБЕД</b> |                                  |                    |                     |      |          |                                         |
| 100                | Рассольник Ленинградский         | 250                | 2,63                | 5,1  | 13,25    | 109,5                                   |
| 421                | Печень жареная с луком           | 75/10              | 16,7                | 9,6  | 8,9      | 188,4                                   |
| 377                | Картофельное пюре                | 150                | 4,05                | 6    | 8,7      | 105                                     |
| 457                | Чай с сахаром                    | 200                | 0,2                 | 0,1  | 9,3      | 38                                      |
| 574                | Хлеб ржаной                      | 60                 | 4,8                 | 0,9  | 24,6     | 123,6                                   |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                  |                    |                     |      |          |                                         |
| 548                | Кекс «Столичный»                 | 75                 | 4,6                 | 14,5 | 37,8     | 300                                     |
| 484                | Кисель из концентрата            | 200                | 0                   | 2    | 15       | 60                                      |
|                    | <b>Итого</b>                     |                    |                     |      |          |                                         |
| <b>2 день ОБЕД</b> |                                  |                    |                     |      |          |                                         |
| 95                 | Борщ с капустой и картофелем     | 250                | 1,85                | 4,43 | 6,95     | 75                                      |
| 295                | Рыба отварная                    | 75                 | 13,5                | 0,53 | 0,6      | 61,5                                    |
| 256                | Макаронные изделия отварные      | 150                | 5,55                | 4,95 | 29,55    | 184,5                                   |
| 486                | Компот из яблок                  | 200                | 0,1                 | 0,1  | 11,1     | 46                                      |
| 574                | Хлеб ржаной                      | 20                 | 1,6                 | 0,3  | 8,02     | 41,2                                    |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                  |                    |                     |      |          |                                         |
| 545                | Сдоба обыкновенная               | 50                 | 4                   | 1,4  | 23,9     | 124                                     |
| 501                | Сок                              | 200                | 1                   | 0,2  | 20,2     | 86                                      |
|                    | <b>Итого</b>                     |                    |                     |      |          |                                         |
| <b>3 день ОБЕД</b> |                                  |                    |                     |      |          |                                         |
| 112                | Суп картофельный                 | 250                | 3,25                | 3,38 | 10,75    | 86,25                                   |
| 319                | Шницель натуральный<br>рубленный | 50                 | 8,65                | 10,5 | 4,95     | 149                                     |
| 202                | Каша гречневая рассыпчатая       | 150                | 8,55                | 6,43 | 37,88    | 243,33                                  |
| 459                | Чай с лимоном                    | 200                | 0,3                 | 0,1  | 9,5      | 40                                      |
| 574                | Хлеб ржаной                      | 38                 | 3,04                | 0,57 | 15,24    | 78,28                                   |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                  |                    |                     |      |          |                                         |
| 542                | Булочка домашняя                 | 60                 | 4,2                 | 6,7  | 27,8     | 189                                     |
|                    | Вода питьевая                    | 500                | 0                   | 0    | 0        | 0                                       |

|                    |                                          |     |      |      |       |        |
|--------------------|------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
|                    | <b>Итого</b>                             |     |      |      |       |        |
| <b>4 день ОБЕД</b> |                                          |     |      |      |       |        |
| <b>113</b>         | Суп картофельный с бобовыми              | 250 | 2,6  | 3,3  | 7,7   | 70,75  |
| <b>366</b>         | Птица отварная                           | 50  | 8,1  | 6    | 0,15  | 87     |
| <b>380</b>         | Капуста тушеная                          | 100 | 2    | 3,4  | 7,6   | 69     |
| <b>494</b>         | Компот из изюма                          | 200 | 0,3  | 0,01 | 17,5  | 72     |
| <b>574</b>         | Хлеб ржаной                              | 30  | 2,4  | 0,45 | 12,03 | 61,8   |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                          |     |      |      |       |        |
| <b>547</b>         | Коржик молочный                          | 60  | 2,8  | 4,9  | 28,8  | 154    |
| <b>484</b>         | Кисель из концентрата                    | 200 | 0    | 2    | 15    | 60     |
|                    | <b>Итого</b>                             |     |      |      |       |        |
| <b>5 день ОБЕД</b> |                                          |     |      |      |       |        |
| <b>104</b>         | Щи из свежей капусты с картофелем        | 250 | 1,5  | 4,5  | 3,8   | 61,75  |
| <b>321</b>         | Мясо тушеное                             | 60  | 9,6  | 9    | 3     | 131,4  |
| <b>205</b>         | Каша рисовая рассыпчатая                 | 150 | 3,59 | 4,71 | 36,83 | 204,06 |
| <b>494</b>         | Компот из изюма                          | 200 | 0,3  | 0,01 | 17,5  | 72     |
| <b>574</b>         | Хлеб ржаной                              | 30  | 2,4  | 0,45 | 12,03 | 61,8   |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                          |     |      |      |       |        |
| <b>548</b>         | Кекс «Столичный»                         | 75  | 4,6  | 14,5 | 37,8  | 300    |
| <b>457</b>         | Чай с сахаром                            | 200 | 0,2  | 0,1  | 9,3   | 38     |
|                    | <b>Итого</b>                             |     |      |      |       |        |
| <b>6 день ОБЕД</b> |                                          |     |      |      |       |        |
| <b>129</b>         | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2,9  | 4,15 | 12,2  | 97,7   |
| <b>357</b>         | Оладьи из печени                         | 100 | 17   | 5,3  | 14    | 173    |
| <b>202</b>         | Каша гречневая рассыпчатая               | 150 | 8,55 | 6,43 | 37,88 | 243,33 |
| <b>501</b>         | Сок                                      | 200 | 1    | 0,2  | 20,2  | 86     |
| <b>574</b>         | Хлеб ржаной                              | 41  | 3,2  | 0,6  | 16,04 | 82,4   |
| <b>ПОЛДНИК</b>     |                                          |     |      |      |       |        |
| <b>538</b>         | Шанежка наливная                         | 50  | 3,8  | 3,4  | 20,9  | 130    |
| <b>484</b>         | Кисель из концентрата                    | 200 | 0    | 2    | 15    | 60     |
|                    | <b>Итого</b>                             |     |      |      |       |        |

Примерное циклическое меню разработано на основании:

1. Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией Л.Е. Голунова, СПб: ПРОФИ – ИНФОРМ, 2004.- 688с.
2. Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина. – Изд-е 4-е доп. и испр. – Пермь, 2021.-410с

Преподаватель

Заведующий УПМ

лаборант

  
  


  
  
