

Утверждаю:

Директор

ГБОУ НСО «ОЦО»

Ю.А.Бондаренко



«августа» 2026

Циклическое пятнадцатидневное меню для организации питания обучающихся ГБОУ НСО «Областной центр образования» .

Возрастная категория: с 12 до 18 лет.

(Фенилкетонурия)

ФКУ 1 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся:Дети с фенилкетонурией

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Обед					
101	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2.7	11.7	9.7	155.1
175	Рагу из овощей 2 вариация	200	3.4	13	18	202.3
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	40	0.2	2.6	18.8	99.4
9147	Фрукт (расчет: мандарин)	110	0.9	0.2	8.3	38.5
54-12д	Десерт б/с с пробиотиками	140	2.1	12.2	92.4	487.6
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
	Итого за Обед	980	10	48.2	174.5	1171.1
	Итого за день	980	10	48.2	174.5	1171.1
	Неделя 1 Вторник					
	Обед					
101	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2.7	11.7	9.7	155.1
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1
	печенье ФКУ (ванильное)	50	0.4	10.5	30.5	218.1
9126	Фрукт (расчет: яблоко)	150	0.6	0.6	14.7	66.6
-	Макароны колечки ФКУ	200	4.1	6.7	39.6	234.5
	Итого за Обед	910	8.5	33.5	125.6	837.1
	Итого за день	910	8.5	33.5	125.6	837.1
	Неделя 1 Среда					
	Обед					
15	Салат из свежих огурцов с луком	100	1.1	5.1	3.8	65.5
-	Суп с рисом ФКУ и сухариками	250	0	0	3	12.2
179-1	Картофель запеченный	200	4.5	9	35.6	241.9
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2.9	13.9
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	50	0.3	3.3	23.5	124.3
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
9147	Фрукт (расчет: мандарин)	130	1	0.3	9.8	45.5
	Итого за Обед	985	7.6	26.2	103	677.8
	Итого за день	985	7.6	26.2	103	677.8
	Неделя 1 Четверг					
	Обед					
20	Салат зелёный с огурцами и помидорами с растительным маслом	100	0.9	15.1	3.2	152.6
110	Суп картофельный	250	2.7	2.1	20.1	109.6
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7

2	Хлеб низкобелковый ФКУ	40	0.2	2.6	18.8	99.4
	печенье ФКУ (ванильное)	40	0.3	8.4	24.4	174.5
9147	Фрукт (расчет: мандарин)	130	1	0.3	9.8	45.5
-	Макароны колечки ФКУ	200	4.1	6.7	39.6	234.5
	Итого за Обед	960	9.6	35.3	118.8	829.8
	Итого за день	960	9.6	35.3	118.8	829.8
	Неделя 1 Пятница					
	Обед					
-	Суп с гречкой ФКУ	250	2.1	5.9	17.2	130.3
-	Макаронные изделия низкобелковые "Спагетти" ФКУ	200	0.3	6.4	46.4	244.3
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	50	0.3	3.3	23.5	124.3
9141	Фрукт (расчет: апельсин)	160	1.4	0.3	13	60.5
	печенье ФКУ (ванильное)	50	0.4	10.5	30.5	218.1
	Итого за Обед	910	4.9	26.5	133.5	791.2
	Итого за день	910	4.9	26.5	133.5	791.2

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Обед	949	8.1	33.9	131.1	861.4
Среднее значение за период	949	8.1	33.9	131.1	861.4

ФКУ 2 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся:Дети с фенилкетонурией

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Обед					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1.2	8.9	6.7	111.9
110	Суп картофельный	250	2.7	2.1	20.1	109.6
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
	печенье ФКУ "гармония"	50	0.4	10.5	30.5	218.1
54-12д	Десерт б/с с пробиотиками	140	2.1	12.2	92.4	487.6
-	Макароны колечки ФКУ	200	4.1	6.7	39.6	234.5
	Итого за Обед	940	10.9	40.5	192.2	1175.4
	Итого за день	940	10.9	40.5	192.2	1175.4
	Неделя 1 Вторник					
	Обед					
1	Салат из капусты белокочанной	100	1.8	5.1	5	73.1
114	Суп из овощей	250	2.1	4.9	12.3	101.7
-	Макаронные изделия низкобелковые "Спагетти" ФКУ	200	0.3	6.4	46.4	244.3
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2.9	13.9
498	Сок "Моя Семья"	175	0.9	0.2	17.7	75.8
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	50	0.3	3.3	23.5	124.3
Пром.	Яблоко	160	0.6	0.6	15.7	71
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
	Итого за Обед	1190	6.7	29	147.9	878.6
	Итого за день	1190	6.7	29	147.9	878.6
	Неделя 1 Среда					
	Обед					
17	Салат из помидоров с растительным маслом	100	1.2	10.2	4	112.6
101	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2.7	11.7	9.7	155.1
386	Рис с овощами ФКУ	200	0.4	6.1	33	188.3
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2.9	13.9
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
9147	Фрукт (расчет: мандарин)	130	1	0.3	9.8	45.5
	Итого за Обед	995	6.3	40.7	112	839
	Итого за день	995	6.3	40.7	112	839
	Неделя 1 Четверг					
	Обед					
110	Борщ с капустой и картофелем	250	4.9	10.9	21.1	202.6
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1

Пром.	Яблоко	130	0.5	0.5	12.7	57.7
	печенье ФКУ (ванильное)	50	0.4	10.5	30.5	218.1
	каша гречневая ФКУ	200	1.2	4.7	59.8	285.9
	Итого за Обед	890	7.7	30.6	155.2	927.1
	Итого за день	890	7.7	30.6	155.2	927.1
	Неделя 1 Пятница					
	Обед					
1.a	салат из белокочанной капусты	100	1.7	3.1	9.4	72.2
110	Суп картофельный	250	2.7	2.1	20.1	109.6
175	Рагу из овощей 2 вариация	200	3.4	13	18	202.3
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2.9	13.9
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
Пром.	Апельсин	160	1.4	0.3	13	60.5
	Итого за Обед	1025	10.2	30.9	116	782.1
	Итого за день	1025	10.2	30.9	116	782.1

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Обед	1008	8.4	34.3	144.7	920.4
Среднее значение за период	1008	8.4	34.3	144.7	920.4

ФКУ 3 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся:Дети с фенилкетонурией

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Обед					
110	Суп картофельный	250	2.7	2.1	20.1	109.6
-	Макаронные изделия низкобелковые "Спагетти" ФКУ	200	0.3	6.4	46.4	244.3
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
54-12д	Десерт б/с с пробиотиками	140	2.1	12.2	92.4	487.6
	Итого за Обед	890	6.1	33.1	214.4	1178.8
	Итого за день	890	6.1	33.1	214.4	1178.8
	Неделя 1 Вторник					
	Обед					
17	Салат из помидоров с растительным маслом	100	1.2	10.2	4	112.6
23	Суп картофельный с овощами ФКУ	250	0.7	1.7	4.7	36.8
179-1	Картофель запеченный	200	4.5	9	35.6	241.9
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1
Пром.	Апельсин	160	1.4	0.3	13	60.5
	печенье ФКУ (ванильное)	50	0.4	10.5	30.5	218.1
	Итого за Обед	1020	8.9	35.7	118.9	832.7
	Итого за день	1020	8.9	35.7	118.9	832.7
	Неделя 1 Среда					
	Обед					
20	Салат зелёный с огурцами и помидорами с растительным маслом	100	0.9	15.1	3.2	152.6
-	Суп с гречкой ФКУ	250	2.1	5.9	17.2	130.3
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	60	0.3	3.9	28.2	149.1
	печенье ФКУ (ванильное)	40	0.3	8.4	24.4	174.5
Пром.	Мандарин	130	1	0.3	9.8	45.5
-	Макароны колечки ФКУ	200	4.1	6.7	39.6	234.5
	Итого за Обед	980	9.1	40.4	125.3	900.2
	Итого за день	980	9.1	40.4	125.3	900.2
	Неделя 1 Четверг					
	Обед					
101	Ши из свежей капусты с картофелем	250	2.7	11.7	9.7	155.1
203	картофель отварной	200	3.8	5.6	29.7	184

458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	30	0.2	2	14.1	74.6
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
54-12д	Десерт б/с с пробиотиками	140	2.1	12.2	92.4	487.6
	Итого за Обед	860	9.5	40	173.2	1089.5
	Итого за день	860	9.5	40	173.2	1089.5
	Неделя 1 Пятница					
	Обед					
-	Суп с рисом ФКУ и сухариками	250	0	0	3	12.2
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
2	Хлеб низкобелковый ФКУ	30	0.2	2	14.1	74.6
	печенье ФКУ "гармония"	40	0.3	8.4	24.4	174.5
54-12д	Десерт б/с с пробиотиками	140	2.1	12.2	92.4	487.6
-	Макароны колечки ФКУ	200	4.1	6.7	39.6	234.5
	Итого за Обед	860	7.1	29.4	176.4	997.1
	Итого за день	860	7.1	29.4	176.4	997.1

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Обед	922	8.1	35.7	161.6	999.7
Среднее значение за период	922	8.1	35.7	161.6	999.7

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

1 неделя

Возрастная категория: 12 до 18

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Завтрак					
спец прод	Каша гречневая н/б	200	12,6	3,3	57,1	308
458	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	2,9	13,7
9147	Фрукт	100	0,8	0,2	7,5	35
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
спец прод	Печенье н/б	40	0,32	8,4	24,4	174,5
	Итого за Завтрак	600	14,56	13,5	128,74	693,32
	Обед					
112/спец прод	Суп картофельный с хлебными палочками	250	10,27	6,5	34,9	250,3
спец прод	макароны отварные н/б	200	0,46	3,7	38,3	192,3
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2.9	13.9
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
145	Огурцы свежие	100	0,8	0,1	2,5	14
	Итого за Обед	825	11,97	11,8	112,54	618,72
	Итого за день	1425	26,53	25,3	241,28	1312,04

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

1 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Вторник					
	Завтрак					
спец прод	Рис отварной н/б с огурцом	200	0,17	0,23	35,18	143,5
спец прод	Печенье н/б сахарное	40	0,42	11,2	32,5	232,6
459	Чай с лимоном	200	0,4	0,1	2,9	13,9
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
9126	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	600	1,83	13,43	117,22	599,12
	Обед					
101	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,75	10,87	9,75	147,87
203	Картофель отварной	200	3,73	5,6	29,6	184
1038	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	24
494	Напиток плодово-ягодный	200	0,2	0,1	6,3	26,2
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	8,22	18,27	86,29	544,19
	Итого за день	1410	10,05	31,27	203,51	1143,31

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

1 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Среда					
	Завтрак					
спец прод	Макароны н/б отварные	200	1	0,6	85	358
458	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	2,9	13,7
9152	Фрукт	100	1,8	0,6	25,2	113,4
спец прод	Хлеб н/б	60	0,22	0,75	18,42	81,06
спец прод	Печенье н/б	40	0,32	8,4	24,4	174,5
	Итого за Завтрак	600	3,74	10,45	155,92	740,66
	Обед					
132/ спец прод	Рассольник "Ленинградский" с рисом н/б	250	2,9	8,3	19,3	163,2
54-8г	Капуста тушеная	200	4,7	6,04	19,46	151,3
спец прод	Котлета из заменителя мяса	40	1,3	1	8	47
20	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,88	15,11	3,24	152,6
492	Компот из смеси сухофруктов	200	1,9	0,1	27,4	117,9
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	10,22	31,95	86,84	676,22
	Итого за день	1410	12,66	41,4	234,76	1369,88

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

1 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Четверг					
	Завтрак					
175	Рагу из овощей	200	3,4	12,98	17,96	238,12
спец прод	Печенье н/б	30	0,32	8,4	24,4	174,5
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2,9	13,7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
9141	Фрукт	140	1,26	0,28	11,34	60,2
	Итого за Завтрак	630	5,42	23,16	93,44	648,64
	Обед					
2/ спец прод	Суп овощной (вегетарианский)с хлебными палочками	250	1,22	6,24	9,55	93,02
спец прод	Гречка отварная н/б	200	14	3,6	63,4	342,2
37	Салат из свежих овощей	100	0,89	3,96	6,24	122,17
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	16,75	15,4	123,53	751,21
	Итого за день	1440	22,17	38,56	216,97	1399,85

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

1 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
спец прод	Каша н/б фруктовая	200	0,04	0,11	15,29	62,3
спец прод	Печенье н/б	40	0,42	11,2	32,5	232,6
458.1	Чай с ягодой	200	0.5	0.1	3.8	18.7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
9147	Фрукт	130	1,95	0,65	27,3	124,8
	Итого за Завтрак	630	2,85	13,46	111,93	581,82
	Обед					
95	Свекольник	250	3,62	10,5	25,75	211,75
179.1	Картофель запеченный	200	4,05	8,1	32	217,68
459	Чай с лимоном	215	0,4	0,1	2,9	13,9
1	Салат со свежей капустой и морковью	100	1,65	0,08	8,29	70,58
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	825	6,54	9,78	80,03	676,03
	Итого за день	1455	9,39	23,24	191,96	1257,85

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

2 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Понедельник					
	Завтрак					
спец прод	Каша гречневая н/б	200	12,6	3,3	57,1	308
спец прод	Хлеб н/б	30	0,22	0,75	18,42	81,06
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2,9	13,9
спец прод	Хлеб н/б с повидлом	45	0,28	0,75	28,17	118,56
спец прод	Печенье н/б	30	0,32	8,4	24,4	174,5
9126	Фрукт	100	0.4	0.4	9.8	44.4
	Итого за Завтрак	620	13,42	13,2	130,99	696,02
	Обед					
112/спец прод	Суп картофельный с хлебными палочками н/б	250	6,58	11,75	28,87	235,37
203	Картофель отварной	200	3,73	5,5	29,6	184
145	Салат из свежих огурцов	100	1,03	5,13	2,32	59,3
458	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	2.9	13.7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	11,78	23,88	97,63	640,79
	Итого за день	1430	25,2	37	228,62	1336,81

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

2 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Вторник					
	Завтрак					
спец прод	Макароны отварные н/б	200	1	0,6	85	358
9126	Фрукт	100	0,8	0,2	7,5	38
спец прод	Печенье н/б	60	1,4	5,4	8,2	87,2
458	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	2,9	13,7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,44	36,84	162,12
	Итого за Завтрак	620	4,04	7,74	140,44	659,02
	Обед					
27	Салат из свеклы и моркови	100	1,64	3,96	10,29	78,62
114/спец прод	Суп из овощей (вегетарианский) с хлебными палочками	250	2,67	4,2	16,5	115,2
484	Компот из свежих плодов и ягод	200	0.2	0.1	5.9	25.1
спец прод	Котлета из заменителя мяса	40	18,6	19,8	36,6	398,6
спец прод	Рис отварной н/б	160	0,17	0,23	35,18	143,5
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,44	36,84	162,12
	Итого за Обед	830	23,52	29,63	135,41	898,04
	Итого за день	1400	27,97	33,08	145,13	1247,86

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

2 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
спец прод	Рис отварной н/б с овощами	200	0,16	0,21	31,67	129,2
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
спец прод	Печенье	60	0,74	19,6	56,9	407,1
9152	Фрукт	100	3,2	1,1	44,1	198,5
	Итого за Завтрак	620	4,14	20,8	108,5	637,3
	Обед					
101	Щи из свежей капусты (вегетарианские	250	2,75	10,87	9,75	147,75
спец прод	Макароны отварные н/б	200	0,46	3,68	38,3	192,3
47	Винегрет овощной	100	1,4	4,9	12,4	97,5
491	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	1	0,1	16,1	69
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	6,05	21,05	113,39	668,67
	Итого за день	1540	10,19	41,85	221,89	1305,97

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

2 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Четверг					
	Завтрак					
1	Салат из квашеной капусты	100	1,3	3,96	6,83	67,73
203	картофель отварной	200	3,73	5,6	29,6	184
спец прод	Печенье н/б	60	0,37	9,8	28,4	203,58
459	Чай с лимоном	215	0,4	0,1	2,9	13,9
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Завтрак	605	5,84	20,86	101,67	617,43
	Обед					
110	Борщ (вегетарианский)	250	5	10,25	21,12	196,75
спец прод	Гречка отварная отварной н/б	200	0,17	0,23	42,2	143,5
1038	Помидоры свежие	100	1,1	0,2	3,8	24
494	Напиток плодово-ягодный	200	2	0,1	6,3	26,2
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	8,71	12,28	110,26	552,57
	Итого за день	1415	14,55	33,14	211,93	1170

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

2 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Пятница					
	Завтрак					
175	Рагу из овощей	200	3,4	12,98	17,96	202,2
спец прод	Печенье сахарное н/б	60	0,32	8,4	24,4	174,5
458.1	Чай с ягодой	200	0.5	0.1	3.8	18.7
9126	Фрукт	130	4,4	3,3	7,2	75,5
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Завтрак	650	8,56	26,18	86,4	614,32
	Обед					
54-11с/ спец прод	Суп крестьянский с крупой (спец прод)	250	9,3	6	28,1	203,4
179-1	Картофель запеченный	200	4,5	9	35,62	241,87
20	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0,88	15,11	3,24	152,6
493	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	13,3	58,1
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	15,72	31,81	117,1	818,09
	Итого за день	1460	24,28	57,99	203,5	1432,41

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

3 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 3 Понедельник					
	Завтрак					
спец прод	Каша гречневая н/б	200	12,6	3,3	57,1	308
458	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	2,9	13,7
спец прод	Печенье н/б	60	0,32	8,4	24,4	174,5
9126	Фрукт	200	0,9	0,2	8,1	43
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Завтрак	650	14,66	13,5	129,34	701,32
	Обед					
112/спец прод	Суп картофельный с хлебными палочками н/б	250	6,58	11,75	28,87	248,5
203	Картофель отварной	200	3,75	5,62	29,62	184
459	Чай с лимоном	215	0.4	0.1	2.9	13.9
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
145	Огурцы свежие	100	0,8	0,1	2,5	14
	Итого за Обед	825	11,57	18,97	97,83	608,62
	Итого за день	1475	26,23	32,47	227,17	1309,94

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

3 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 3 Вторник					
	Завтрак					
40	Салат Витаминный	100	0,89	3,96	6,24	122,17
спец прод	Макароны отварные н/б	200	1	0,6	85	358
спец прод	Печенье Ванильное н/б	60	0,32	8,4	24,4	174,5
459	Чай с лимоном	215	0,4	0,1	2,9	13,9
спец прод	Хлеб н/б	30	0,22	0,75	18,42	81,06
	Итого за Завтрак	605	2,83	13,81	136,96	749,63
	Обед					
95	Свекольник	250	3,62	10,5	25,75	211,75
спец прод	Рис отварной н/б, котлета из заменителя мяса	200	4.5	6	31.3	197.2
27	Салат из свеклы и моркови	100	1,64	3,96	10,29	78,62
491	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	1	0.1	16.1	69
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	10,48	19,96	115,13	780,07
	Итого за день	1415	13,53	129,56	270,51	1529,7

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

3 неделя

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 3 Среда					
	Завтрак					
спец прод	Каша гречневая рассыпчатая н/б	200	12,6	3,3	57,1	308
1038	Помидоры свежие	60	1,1	0,2	3,8	24
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
спец прод	печенье н/б	60	0,32	8,4	24,4	174,5
спец прод	Хлеб н/б	30	0,2	0,75	18,42	81,06
9152	Фрукт	120	1,98	0,44	18,82	94,6
	Итого за Завтрак	670	16,2	13,09	122,54	682,16
	Обед					
110	Борщ с капустой и картофелем	250	4	8,2	16,9	157,4
203	Картофель отварной	200	3,73	5,6	29,6	184
47	Винегрет овощной	100	1,4	4,9	12,4	97,5
494	Напиток плодово ягодный	200	0,2	0,1	6,3	26,2
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	9,77	20,3	102,04	627,22
	Итого за день	1480	25,9	33,39	224,58	1309,38

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

3 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 3 Четверг					
	Завтрак					
спец прод	Каша н/б фруктовая	200	0,04	0,11	15,29	62,3
458.1	Чай с ягодой	200	0,5	0,1	3,8	18,7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
спец прод	Хлеб н/б с повидлом	45	1	1	23,69	104,74
спец прод	Печенье н/б	60	0,32	8,4	24,4	174,5
9126	Фрукт	100	1,5	0,5	21	96
	Итого за Завтрак	635	3,8	11,61	125,02	618,36
	Обед					
132/ спец прод	Рассольник с рисом н/б	250	3,6	8,7	13	144,3
спец прод	Макароны отварные н/б	200	1	0,6	85	358
22	Салат из моркови и яблок	100	1,11	0,15	15,5	65,6
492	Компот из смеси сухофруктов	200	1,9	0,1	27,4	117,9
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
	Итого за Обед	810	6,15	10,95	150,34	730,02
	Итого за день	1445	9,95	22,56	275,33	1348,38

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "ОЦО".**

3 неделя

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Фенилкетонурия

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 3 Пятница					
	Завтрак					
спец прод	Макароны н/б	200	0,42	3,32	34,5	173,1
458	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	2,9	13,7
спец прод	Хлеб н/б	60	0,44	1,5	36,84	162,12
20	Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	100	1,5	0,5	21	96
спец прод	Печенье сахарное	30	0,32	8,4	24,4	174,5
	Итого за Завтрак	590	3,08	13,82	119,64	619,42
	Обед					
54-11с/спец прод	Суп крестьянский с крупой н/б	250	9,3	6	28,1	203,4
спец прод	Рис н/б с овощами	200	0,17	0,23	35,18	143,5
20	Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,88	15,11	3,24	152,6
493	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,6	67,2
спец прод	Хлебные палочки н/б	10	0,97	0,5	6,8	36
спец прод	Хлеб н/б	60	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Обед	820	13,42	22,24	98,72	649,6

Список использованной литературы:

1. Сборник нормативно-технологической документации по организации специализированного питания для детей дошкольного и школьного возраста с наследственными болезнями обмена (составлен в соответствии с приказом министерства образования, науки и инновационной политики Новосибирской области от 18 января 2018г. № 78 с изменениями на 2 августа 2018г.).
2. Рекомендации по обеспечению низкобелковой диеты детям начальной школы с фенилкетонурией врач диетолог Рыжих А.Г. от 18.06.2019г.

Составил: Медсестра диетическая  Л.Л. Пешева

Заведующая столовой  И.В. Сапельникова