

СДШ № 76

Утверждаю:

Руководитель

Общеобразовательного учреждения №



Утверждаю:

Директор

ООО «Город Кафе»

С.К. Кондрев



**Примерного циклического меню для учащихся
общеобразовательных учреждений
Ленинского, Железнодорожного, Засвияжского районов г. Ульяновска
(Гипоаллергенная низкобелковая диета –ФКУ)**

Ноябрь 2022г

10ти дневное МЕНЮ
Гипоаллергенная низкобелковая безглютеновая диета (ФКУ) от
19.10.2022г

Школа

№	Блюдо	Выход
Понедельник		
Завтрак		
	Фрукты свежие (посезонно)	1 шт
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным	200/5
	Какао низкобелковое на воде	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
2-й завтрак		
Обед		
	Салат из свежих овощей "Ассорти"	100
	Суп картофельный (без мяса на овощном бульоне)	250
	Макароны низкобелковые отварные с маслом сливочным	200/5
	Компот из фруктовой ягодной смеси	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30

Вторник		
Завтрак		
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным	200/5
	Какао низкобелковое на воде	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Обед		
	Фрукты свежие (посезонно)	1 шт
	Щи из свежей капусты со сметаной (без мяса на овощном бульоне)	250/10
	Овощи тушеные (без муки) (картофель, капуста, масло слив)	200
	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30

Среда		
Завтрак		
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным Каша низкобелковая на воде с маслом сливочным	200/5
	Чай с лимоном и сахаром	200
	Масло сливочное (порциями)	5
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
		200
Обед		
	Салат из белокочанной капусты с морковью и маслом растительным	100
	Суп с низкобелковой вермишелью	250
	Рагу овощное (картофель, пассерован овщи)	200
	Сок фруктовый	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Четверг		
Завтрак		
	Овощи порционно (посезонно)	30
	Запеканка картофельная со сметаной в инд посуде	200/10
	Сок фруктовый	200
	Масло сливочное (порциями)	5
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Обед		
	Винегрет овощной	100
	Суп из овощей со сметаной (на овощном бульоне)	250/10
	Макароны низкобелковые отварные со сливочным маслом	200/5
	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Пятница		
Завтрак		
	Фрукты свежие (посезонно)	1 шт
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным	200/5
	Чай с сахаром	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Обед		
	Салат из моркови «Солнышко»	100
	Рассольник Ленинградский со сметаной на воде на масле сливочном	250/10
	Картофельное пюре с маслом сливочным на воде	200
	Сок фруктовый	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Понедельник (2 неделя)		
Завтрак		
	Масло сливочное (порционно)	5
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным	200/5
	Чай с сахаром	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Обед		
	Салат из белокочанной капусты с морковью и маслом растительным	100

	Суп с низкобелковой вермишелью	250
	Макароньы отварные с маслом сливочным (свой)	200/5
	Сок фруктовый	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Вторник		
Завтрак		
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным Каша низкобелковая на воде с маслом сливочным	200/5
	Какао низкобелковое на воде	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
	Масло сливочное (порционнo)	5
Обед		
	Салат из свежих помидор и огурцов	100
	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной (на овощном бульоне)	250/10
	Картофельное пюре (на воде) с маслом сливочным	200/5
	Компот из сухофруктов	200
	Мармелад	30
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Среда		
Завтрак		
	Овощи свежие порционнo (посезонно)	100
	Чай с сахаром	200
	Макароньы низкобелковые с маслом сливочным	200/5
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Обед		
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	100
	Суп с низкобелковой вермишелью(на овощном бульоне)	250/10
	Рагу овощное (картофель, капуста)	200
	Напиток шиповника	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Четверг		
Завтрак		
	Запеканка картофельная со сметаной в инд. посуде на слив масле	200/10
	Какао низкобелковое на воде	200
	Масло сливочное (порциями)	5
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Обед		
	Фрукты свежие (посезонно)	1 шт
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (на овощном бульоне)	250/10
	Макароньы низкобелковые отварные со сливочным маслом	200/5
	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30
Пятница		
Завтрак		
	Каша из крупки гречневой «Увелка» на воде с маслом сливочным Каша низкобелковая на воде с маслом сливочным	200/5
	Чай с сахаром	200

	Хлеб безглютеновый (свой)	30
	Масло сливочное (порционно)	5
Обед		
	Винегрет овощной	100
	Суп картофельный без мяса (на овощном бульоне)	250
	Макаронны отварные низкобелковые с маслом сливочным	200/5
	Чай с лимоном	200
	Хлеб безглютеновый (свой)	30

КАРТОЧКА - РАСКЛАДКА

Из картотеки блюд диетического (лечебного и профилактического) питания под редакцией академика РАМН, профессора В.А.Тутельяна. Одобрена Межведомственным Научным советом по медицинским проблемам питания Минздравсоцразвития России и Российской академии наук.

Наименование блюда: *Каша низкобелковая на воде с маслом сливочным (Увелка гречневая)*

Область применения: диетическое (лечебное и профилактическое) питание

Требования к качеству сырья: продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствует требованиям Технического регламента Таможенного союза ТР ТС 021/2011, 024/2011, 023/2011, 033/2013, 034/2013, 040/2016, имеет сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (декларацию о соответствии).

№, п/п	Наименование продукта	Норма закладки на 1,0000 пор					
		Брутто	Нетто	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Вода питьевая	250,0	250,0				
2	Крупка гречневая Увелка	80,0	80,0				
3	Масло коровье сливочное	5,0	5,0				
Выход блюда (в граммах)			205,0				

Технологический процесс:

Пакетик с крупкой залить в кипящей подсоленной водой и варить до готовности, затем пакет вскрыть и слить излишнюю жидкость. Затем кашу готовую выложить в посуду и заправить сливочным прокипяченным маслом
Температура отпуска +65 градусов.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид - Зерна крупы полностью набухшие, каша полита маслом. Цвет - Коричневый с молоком. Вкус, запах - Характерный для гречневой каши с привкусом сливочного масла. Характерный для гречневой каши с ароматом сливочного масла. Консистенция - Вязкая,

Технолог:

Заведующий производством: _____

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 693

Наименование блюда: *Какао без молока для аллергиков*

1. Рецепттура

№, п/п	Наименование продукта	расход сырья на одну порцию готовой продукции, гр	
		Брутто	Нетто
1	Вода питьевая	100	100
2	Какао порошок для аллергиков	15	4
4	Сахарный песок	10	10
Выход готовой продукции			200

2. Технологический процесс

Какао -порошок смешивают с сахаром , добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают в остальной кипятком и доводят до кипения.

3. Органолептические показатели качества

Внешний вид: Температура отпуска + 75 градусов

Цвет: светло-коричневый

Вкус: Характерный для какао

Запах: Приятный

Консистенция Жидкая

Технолог :

Заведующий производством:

