

«РАЗРАБОТАНО»

МУП «Комбинат школьного питания №1»
мо город Краснодар

«УТВЕРЖДЕНО»

ООО «Анприс»

_____ Г.Н. Приходько

«СОГЛАСОВАНО»

Директор общеобразовательной
организации

«17» октября 2022 года

Основное (организованное) меню

для организации питания обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

Краснодар
2022



СОДЕРЖАНИЕ:

Введение

1. Горячие завтраки и обеды для обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет, 1^{-ой} смены

2. Горячие обеды и полдники для обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет, 2^{-ой} смены

Приложение А

Приложение Б

Приложение В

Список использованной литературы





В целях формирования единой политики в сфере обеспечения социальным питанием и единого подхода к организации питания школьников на территории муниципального образования город Краснодар, администрацией муниципального образования город Краснодар представлено основное (организованное) меню (далее по тексту – Муниципальное меню), предназначенное для организации питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных организациях города Краснодара.

Муниципальное меню разработано МУП «Комбинат школьного питания № 1» муниципального образования город Краснодар (далее по тексту – МУП «КШП № 1») в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», а также иных методических рекомендаций, утверждённых Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации.

Муниципальное меню имеет положительное экспертное заключение по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы, проведённой ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае», и рекомендовано управлением федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Краснодарскому краю к внедрению в учебном 2022 – 2023 году на территории муниципального образования.

С целью надлежащей реализации Муниципального меню на территории муниципального образования город Краснодар, организаторам питания рекомендуется осуществлять приготовление блюд и кулинарных изделий в соответствии с приложенными технологическими картами, разработанными МУП «КШП № 1» на основании рекомендаций МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения».



Особенности муниципального меню:

- ✓ разработано на период двух учебных недель и дифференцировано по возрастным группам (7-11 лет и 12 лет и старше);
- ✓ сформировано на основе разрешённых и наиболее распространённых традиционных блюд, и кулинарных изделий в организации питания детей школьного возраста;
- ✓ содержит наименования блюд и кулинарных изделий в соответствии с наименованиями, указанными в сборниках рецептов для общественного питания детей;
- ✓ содержит полную информацию об энергетической ценности блюд, количественном составе белков, жиров, углеводов, необходимых для нормального роста и развития обучающихся;
- ✓ предусматривает использование щадящих методов кулинарной обработки - включает блюда, технология которых обеспечивает сохранение вкусовых качеств, пищевой и биологической ценности продуктов;
- ✓ обеспечивает проведение дополнительного обогащения рациона питания витаминами и микроэлементами за счёт применения специализированной пищевой продукции промышленного выпуска, в том числе витаминизированных напитков промышленного выпуска;
- ✓ обеспечивает проведение профилактики йододефицитных состояний у детей школьного возраста за счёт применения в блюдах и кулинарных изделиях использование соли поваренной пищевой йодированной.



Горячие завтраки и обеды, обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет, 1^{ой} смены



| Понедельник | | | | | | |
|------------------------|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно ⁴ (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 173-17, 174-17, 175-17 | Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным ¹ (пшеничная) (190/10) | 200 | 8,23 | 10,53 | 42,20 | 298,00 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,60 |
| ТК | Фрукты ² (апельсин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 600 | 21,74 | 20,91 | 106,45 | 691,10 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 5,20 | 106,00 |
| ТК | Нагетсы куриные | 100 | 7,30 | 7,60 | 31,82 | 233,83 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,20 | 7,19 | 34,22 | 226,08 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| 406-17 | Пирожок печеный с печенью | 75 | 11,68 | 8,04 | 22,48 | 143,40 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 885 | 32,45 | 29,25 | 141,72 | 928,91 |
| | | | | | | |

| Вторник | | | | | | |
|----------------|---|---------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону ³ (помидор свежий) | 120 | 1,32 | 0,24 | 4,56 | 26,40 |
| 451-04 | Шницель говяжий | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 278,67 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном (200/10/7) | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 660 | 25,09 | 21,78 | 83,02 | 649,05 |
| Обед | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 135-04 | Суп из овощей | 250 | 2,20 | 4,40 | 12,40 | 99,00 |
| ТК | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,40 |
| ТК | Ризотто с овощами | 180 | 4,84 | 9,58 | 39,42 | 235,80 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный ⁹ (вишня) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Кондитерское изделие | 25 | 1,10 | 0,79 | 6,75 | 64,50 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 945 | 36,66 | 30,1 | 138,5 | 971,52 |

| Среда | | | | | | |
|--------------|---|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно ⁴ (Российский) | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной (200/5) | 205 | 16,60 | 19,70 | 32,27 | 402,30 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт ⁵ (кефир) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 |
| ТК | Фрукты ² (мандарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 575 | 29,02 | 28,95 | 78,57 | 711,00 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 139-04 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,20 | 5,60 | 22,30 | 167,00 |
| 235-17 | Шницель рыбный ⁷ (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5) | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 180 | 3,60 | 9,18 | 28,62 | 217,80 |
| ТК | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,89 |
| ТК | Фрукты свежие ² (апельсин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,00 | 0,50 | 22,50 | 105,00 |
| | ИТОГО | 935 | 33,80 | 34,73 | 133,78 | 996,19 |
| | | | | | | |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону ² (огурец свежий) | 120 | 1,32 | 0,24 | 4,56 | 14,40 |
| 310-16 | Вок "Курица с овощами" | 200 | 11,20 | 20,60 | 37,40 | 286,67 |
| ТК | Кисель из сушеных плодов ² (курага) | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 122,00 |
| ТК | Кондитерское изделие ⁸ (лакомка) | 20 | 2,3 | 1,8 | 5,1 | 67,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 620 | 21,01 | 24,00 | 118,31 | 672,57 |
| Обед | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 015-17 | Сыр порционно ⁴ (Российский) | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 108,00 |
| 111-04 | Борщ сибирский | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118,00 |
| ТК | Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5) | 220 | 20,50 | 34,60 | 5,89 | 352,00 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 900 | 41,53 | 52,53 | 95,64 | 952,90 |

| Пятница | | | | | | |
|----------------|--|---------------|----------------------|---------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону ³ (огурец соленый) | 110 | 1,21 | 0,22 | 4,18 | 13,20 |
| ТК | Рыба, запеченная с маслом сливочным (110/5) | 115 | 17,81 | 15,80 | 4,83 | 268,40 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| 389-17, ТК | Напиток витаминизированный ⁹ | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 655 | 28,36 | 23,37 | 84,45 | 683,80 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 125,2 | 119,01 | 470,80 | 3407,51 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 25,04 | 23,80 | 94,16 | 681,50 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 138-04 | Суп картофельный с крупой | 250 | 2,10 | 2,80 | 19,10 | 143,00 |
| ТК | Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5) | 200 | 9,39 | 8,37 | 126,93 | 471,66 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном(200/10/7) | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (нектарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 850 | 18,62 | 13,17 | 214,03 | 928,06 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 163,1 | 159,78 | 723,67 | 4777,58 |
| | СРЕДНЯЯ за 5 дней | | 32,61 | 31,96 | 144,73 | 955,52 |

| Понедельник | | | | | | |
|--------------------|---|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону ³ (огурец свежий) | 120 | 1,32 | 0,24 | 4,56 | 14,40 |
| ТК | Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10) | 200 | 18,89 | 31,11 | 3,54 | 369,54 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт ⁵ (кефир) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (мандарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 690 | 31,01 | 37,85 | 59,40 | 680,54 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 108-17 | Суп картофельный с клецками | 250 | 3,56 | 4,59 | 18,54 | 144,25 |
| 268-17 | Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5) | 105 | 15,04 | 25,63 | 13,09 | 311,67 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,20 | 7,19 | 34,22 | 226,08 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный ⁹ (вишневый) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 815 | 32,31 | 39,00 | 132,03 | 985,72 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| Вторник | | | | | | |
|----------------|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону ³ (салат из моркови с яблоками) | 100 | 1,06 | 0,17 | 8,52 | 39,90 |
| 210-03, ТК | Рагу из филе птицы | 200 | 17,87 | 9,81 | 20,40 | 226,27 |
| ТК | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| ТК | Кондитерское изделие ⁸ (печенье в пром. упак.) | 20 | 2,70 | 4,10 | 13,00 | 102,50 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 580 | 30,60 | 18,58 | 96,24 | 658,17 |
| Обед | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по сезону ³ (огурец свежий) | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 12,00 |
| 93-18 | Борщ из свежей капусты | 250 | 1,58 | 4,38 | 6,25 | 70,75 |
| 443-04 | Плов из говядины | 200 | 21,60 | 21,20 | 37,73 | 350,00 |
| 350-17, ТК | Кисель из свежих плодов ² (клубника с/м) | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117,00 |
| ТК | Кондитерское изделие ⁸ (ирис в пром. упак.) | 30 | 1,60 | 1,80 | 8,54 | 126,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (слива) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 980 | 33,26 | 29,62 | 141,16 | 950,15 |

| Среда | | | | | | |
|--------------|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 234-17, ТК | Котлета рыбная ⁷ (минтай) | 100 | 14,80 | 13,90 | 11,80 | 164,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 180 | 3,60 | 9,18 | 28,62 | 217,80 |
| 389-17, ТК | Сок натуральный ⁹ (вишневый) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Фрукты ² (груша) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 640 | 25,00 | 24,78 | 106,90 | 687,62 |
| Среда | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону ³ (салат из капусты белокочанной капусты) | 100 | 0,75 | 6,02 | 2,35 | 59,60 |
| 147-04 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 121,00 |
| ТК | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20) | 120 | 13,90 | 9,40 | 4,60 | 200,29 |
| 302-17 | Каша рассыпчатая ¹ (гречневая) | 180 | 5,75 | 5,33 | 37,07 | 248,40 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном(200/10/7) | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (мандарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 1050 | 29,92 | 27,82 | 125,02 | 936,69 |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|--|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| 347-18 | Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5) | 105 | 14,70 | 11,66 | 12,70 | 243,00 |
| ТК | Каша рассыпчатая с овощами ¹ (пшеничная) | 180 | 7,20 | 1,26 | 50,40 | 225,00 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Фрукты ² (апельсин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 645 | 26,27 | 14,24 | 111,40 | 680,70 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-07 | Сыр порционн ⁴ (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 137-04 | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50) | 250 | 16,20 | 9,30 | 0,90 | 176,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной | 200 | 15,89 | 18,01 | 30,88 | 406,39 |
| ТК | Напиток витаминизированный ⁹ | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 75,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 840 | 43,93 | 35,01 | 102,76 | 979,89 |
| | | | | | | |

| Пятница | | | | | | |
|------------------|--|------------------|-------------------------|---------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Завтрак | | | | | |
| ТК | Овощи по-сезону* (огурец свежий) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 12,00 |
| ТК | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,40 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,20 | 7,19 | 34,22 | 226,08 |
| 389-17 | Сок натуральный ⁹ (яблочный) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63,00 |
| | ИТОГО | 640 | 33,42 | 21,82 | 93,65 | 694,50 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 146,3 | 117,27 | 467,59 | 3401,53 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 29,26 | 23,45 | 93,52 | 680,31 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | 271,5 | 236,28 | 938,38 | 6809,04 |
| | СРЕДНЯЯ | | 27,15 | 23,63 | 93,84 | 680,90 |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону ³ (салат из свежих помидор) | 100 | 0,75 | 6,02 | 2,35 | 77,70 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 5,20 | 106,00 |
| ТК | Рыба ⁷ , (минтай) запеченная с маслом (115/5) | 120 | 19,39 | 13,29 | 5,19 | 256,80 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 940 | 35,04 | 34,93 | 95,45 | 911,78 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 174,5 | 166,38 | 596,43 | 4764,22 |
| | СРЕДНЯЯ за 5 дней | | 34,89 | 33,28 | 119,29 | 952,84 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | 337,5 | 326,16 | 1320,1 | 9541,80 |
| | СРЕДНЯЯ | | 33,75 | 32,62 | 132,01 | 954,18 |
| | | | | | | |

*Горячие обеды и полдники для обучающихся детей ОВЗ и
детей-инвалидов 12-18 лет, 2-ой смены*



| Понедельник | | | | | | |
|--------------------|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|---------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 5,20 | 106,00 |
| ТК | Нагетсы куриные | 100 | 7,30 | 7,60 | 31,82 | 233,83 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,20 | 7,19 | 34,22 | 226,08 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40,00 |
| 406-17 | Пирожок печеный с печенью | 75 | 11,68 | 8,04 | 22,48 | 143,40 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 95,60 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 885 | 32,45 | 29,25 | 141,72 | 928,91 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 742-04 | Кулебяка с капустой | 150 | 9,05 | 8,75 | 46,85 | 324,29 |
| ТК | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,70 | 15,95 | 100,60 |
| | ИТОГО | 350 | 12,21 | 11,445 | 62,795 | 424,89 |

| Вторник | | | | | | |
|----------------|--|---------------------|-------------------------|--------------|--------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 135-04 | Суп из овощей | 250 | 2,20 | 4,40 | 12,40 | 99,00 |
| ТК | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245,40 |
| ТК | Ризотто с овощами | 180 | 4,84 | 9,58 | 39,42 | 235,80 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный ⁹ (вишня) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Кондитерское изделие ⁸ (пряник в пром. упак.) | 25 | 1,10 | 0,79 | 6,75 | 64,50 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 945 | 36,66 | 30,1 | 138,5 | 971,52 |
| Полдник | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Булочка с сыром | 100 | 19,83 | 27,33 | 69,33 | 305,00 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном(200/10/7) | 200 | 0,07 | 0,02 | 20,00 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (нектарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | ИТОГО | 400 | 20,30 | 27,75 | 99,13 | 394,00 |

| Среда | | | | | | |
|----------------|---|---------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 139-04 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,20 | 5,60 | 22,30 | 167,00 |
| 235-17 | Шницель рыбный ⁷ (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5) | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230,00 |
| 518-04 | Картофель отварной | 180 | 3,60 | 9,18 | 28,62 | 217,80 |
| ТК | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,89 |
| ТК | Фрукты свежие ² (апельсин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,00 | 0,50 | 22,50 | 105,00 |
| | ИТОГО | 935 | 33,80 | 34,73 | 133,78 | 996,19 |
| Среда | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 410-17 | Ватрушка с творогом | 100 | 12,30 | 7,31 | 38,90 | 269,33 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт ⁵ (ряженка) | 250 | 7,25 | 6,25 | 10,00 | 125,00 |
| | ИТОГО | 350 | 19,55 | 13,56 | 48,90 | 394,33 |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|--|---------------------|-------------------------|--------------|--------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-17 | Сыр порционно ⁴ (Российский) | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 108,00 |
| 111-04 | Борщ сибирский | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118,00 |
| ТК | Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5) | 220 | 20,50 | 34,60 | 5,89 | 352,00 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 900 | 41,53 | 52,53 | 95,64 | 952,90 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 420-17 | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 |
| ТК | Напиток витаминизированный ⁹ | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Фрукты свежие ² (груша) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,00 |
| | ИТОГО | 400 | 13,39 | 10,81 | 63,17 | 405,8 |

| Пятница | | | | | | |
|----------------|--|------------------|-------------------------|---------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 138-04 | Суп картофельный с крупой | 250 | 2,10 | 2,80 | 19,10 | 143,00 |
| ТК | Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5) | 200 | 9,39 | 8,37 | 126,93 | 471,66 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном(200/10/7) | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (нектарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 850 | 18,62 | 13,17 | 214,03 | 928,06 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 163,05 | 159,78 | 723,67 | 4777,58 |
| | СРЕДНЯЯ за 5 дней | | 32,61 | 31,96 | 144,73 | 955,52 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 743-04 | Расстегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 250,00 |
| 350-17, ТК | Кисель из плодов свежих ² (клубника с/м) | 200 | 0,13 | 24,50 | 0,04 | 117,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (слива) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | ИТОГО | 400 | 16,1 | 35,62 | 39,81 | 414,00 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 81,55 | 99,19 | 313,81 | 2033,02 |
| | СРЕДНЯЯ за 5 дней | | 16,31 | 19,84 | 62,76 | 406,60 |

| Понедельник | | | | | | |
|--------------------|--|------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 108-17 | Суп картофельный с клецками | 250 | 3,56 | 4,59 | 18,54 | 144,25 |
| 268-17 | Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5) | 105 | 15,04 | 25,63 | 13,09 | 311,67 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,20 | 7,19 | 34,22 | 226,08 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный ⁹ (вишневый) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 815 | 32,31 | 39,00 | 132,03 | 985,72 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| Полдник | | | | | | |
| 471-03 | Булочка бриошь с изюмом | 100 | 4,38 | 7,30 | 35,00 | 243,00 |
| 382-17 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | ИТОГО | 380 | 8,45 | 10,89 | 60,62 | 397 |

| Вторник | | | | | | |
|----------------|---|---------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Овощи по сезону ³ (огурец свежий) | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 12,00 |
| 93-18 | Борщ из свежей капусты | 250 | 1,58 | 4,38 | 6,25 | 70,75 |
| 443-04 | Плов из говядины | 200 | 21,60 | 21,20 | 37,73 | 350,00 |
| 350-17, ТК | Кисель из свежих плодов ² (клубника с/м) | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117,00 |
| ТК | Кондитерское изделие ⁸ (печенье) | 30 | 1,60 | 1,80 | 8,54 | 126,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (слива) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 980 | 33,26 | 29,62 | 141,16 | 950,15 |
| | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 406-17 | Пирожок печеный с картофелем | 150 | 9,05 | 11,40 | 55,35 | 360,00 |
| ТК | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 20,00 | 40,00 |
| | ИТОГО | 350 | 9,12 | 11,42 | 75,35 | 400,00 |
| | | | | | | |

| Среда | | | | | | |
|--------------|--|------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону ³ (салат из капусты белокочанной капусты) | 100 | 0,75 | 6,02 | 2,35 | 59,60 |
| 147-04 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 121,00 |
| ТК | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20) | 120 | 13,90 | 9,40 | 4,60 | 200,29 |
| 302-17 | Каша рассыпчатая ¹ (гречневая) | 180 | 5,75 | 5,33 | 37,07 | 248,40 |
| ТК | Чай с сахаром и лимоном (200/10/7) | 200 | 0,13 | 0,00 | 10,20 | 42,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (мандарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 1050 | 29,92 | 27,82 | 125,02 | 936,69 |
| Среда | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| ТК | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 233,88 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный ⁹ (яблочный) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Фрукты свежие ² (апельсин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| ТК | Кондитерское изделие ⁸ (вафли в пром. упак.) | 15 | 0,98 | 4,20 | 9,30 | 56,00 |
| | ИТОГО | 395 | 14,27 | 15,01 | 70,45 | 404,20 |

| Четверг | | | | | | |
|----------------|---|---------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| 015-07 | Сыр порционно ⁴ (Российский) | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,00 |
| 137-04 | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50) | 250 | 16,20 | 9,30 | 0,90 | 176,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной | 200 | 15,89 | 18,01 | 30,88 | 406,39 |
| ТК | Напиток витаминизированный ⁹ | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 75,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 840 | 43,93 | 35,01 | 102,76 | 979,89 |
| | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 406-17 | Пирожок печеный с печенью | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 280,00 |
| 342-17, ТК | Компот из свежих плодов ² (черная смородина) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,81 | 105,00 |
| ТК | Фрукты свежие ² (мандарин) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 38,00 |
| | ИТОГО | 400 | 16,13 | 11,28 | 67,58 | 423,00 |

| Пятница | | | | | | |
|----------------|---|---------------------|-------------------------|---------------|----------------|----------------------------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Обед | | | | | |
| ТК | Салат по-сезону ³ (салат из свежих помидор) | 100 | 0,75 | 6,02 | 2,35 | 77,70 |
| 110-04 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 5,20 | 106,00 |
| ТК | Рыба ⁷ (минтай), запеченная с маслом (115/5) | 120 | 19,39 | 13,29 | 5,19 | 256,80 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84,00 |
| | ИТОГО | 940 | 35,04 | 34,93 | 95,45 | 911,78 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 174,45 | 166,38 | 596,43 | 4764,22 |
| | СРЕДНЯЯ за 5 дней | | 34,89 | 33,28 | 119,29 | 952,84 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | 337,50 | 326,16 | 1320,09 | 9541,80 |
| | СРЕДНЯЯ | | 33,75 | 32,62 | 132,01 | 954,18 |
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| | Полдник | | | | | |
| 440-17 | Булочка творожная | 100 | 13,08 | 6,06 | 38,68 | 300,00 |
| 389-07, ТК | Сок натуральный ⁹ (вишня) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,32 |
| ТК | Фрукты свежие ² (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | ИТОГО | 380 | 14,38 | 6,46 | 66,66 | 423,32 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 62,35 | 55,06 | 340,66 | 2047,52 |
| | СРЕДНЯЯ за 5 дней | | 12,47 | 11,01 | 68,13 | 409,50 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | | 141,98 | 158,80 | 655,94 | 4066,72 |
| | СРЕДНЯЯ за 10 дней | | 14,20 | 15,88 | 65,59 | 406,67 |

Приложение



Фактический рацион питания должен соответствовать утверждённому примерному меню. Допускается замена одних продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности, и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов, (СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Таблица замены продуктов с учётом их пищевой ценности

| Вид пищевой продукции | Масса, г | Вид пищевой продукции-заменитель | Масса, г |
|--|----------|---|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Говядина | 100 | Мясо кролика | 96 |
| | | Печень говяжья | 116 |
| | | Мясо птицы | 97 |
| | | Рыба (треска) | 125 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | 120 |
| | | Баранина 2 кат. | 97 |
| | | Конина 1 кат. | 104 |
| | | Мясо лосося (мясо с ферм) | 95 |
| | | Оленина (мясо с ферм) | 104 |
| | | Консервы мясные | 120 |
| Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2% | 100 | Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5 % | 100 |
| | | Молоко сгущённое (цельное и с сахаром) | 40 |
| | | Сгущённо-варёное молоко | 40 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | 17 |
| | | Мясо (говядина 1 кат.) | 14 |
| | | Мясо (говядина 2 кат.) | 17 |
| | | Рыба (треска) | 17,5 |
| | | Сыр | 12,5 |
| | | Яйцо куриное | 22 |
| Творог с массовой долей жира 9% | 100 | Мясо говядина | 83 |
| | | Рыба (треска) | 105 |
| Яйцо куриное (1 шт.) | 41 | Творог с массовой долей жира 9% | 31 |
| | | Мясо (говядина) | 26 |
| | | Рыба (треска) | 30 |
| | | Молоко цельное | 7 |

Продолжение таблицы

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|-----------------------|-----|---|-----|---|-----|
| | | Сыр | | | 20 |
| Рыба (треска) | 100 | Мясо (говядина) | | | 87 |
| | | Творог с массовой долей жира 9% | | | 105 |
| | | Капуста белокочанная | | | 111 |
| Картофель | 100 | Капуста цветная | | | 80 |
| | | Морковь | | | 154 |
| | | Свёкла | | | 118 |
| | | Бобы (фасоль), в том числе консервированные | | | 33 |
| | | Горошек зелёный | | | 40 |
| | | Горошек зелёный консервированный | | | 64 |
| | | Кабачки | | | 300 |
| | | Фрукты консервированные | | | 200 |
| | | Соки фруктовые | | | 133 |
| Соки фруктово-ягодные | | | 133 | | |
| Фрукты свежие | 100 | Сухофрукты: | | | |
| | | Яблоки | | | 12 |
| | | Чернослив | | | 17 |
| | | Курага | | | 8 |
| | | Изюм | | | 22 |

Таблица расхода соли при приготовлении блюд и изделий

| № п/п | Наименование блюда | Соль, г |
|-------|---|---------|
| 1 | 2 | 3 |
| 1 | Холодные блюда (на 1 порцию) | 2-3 |
| 2 | Супы (на 1000 г) | 6-10 |
| 3 | Блюда из овощей (варка) на 1 литр воды | 10 |
| 4 | Блюда из круп (на 1 кг крупы) | |
| | Гречневая каша: | |
| | ▪ Рассыпчатая из ядрицы | 21 |
| | ▪ Вязкая | 40 |
| | Пшённая каша: | |
| | ▪ Рассыпчатая | 25 |
| | ▪ Вязкая | 40 |
| | Рисовая каша: | |
| | ▪ Рассыпчатая | 28 |
| | ▪ Вязкая | 45 |
| | Перловая каша: | |
| | ▪ Рассыпчатая | 30 |
| | ▪ вязкая | 45 |
| | Овсяная каша вязкая | 40 |
| | Манная каша вязкая | 45 |
| | Кукурузная каша: | |
| | ▪ Рассыпчатая | 30 |
| | ▪ Вязкая | 35 |
| 5 | Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов) | 3-4 |
| 6 | Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий | 30 |
| 7 | Блюда из яиц (на 1 шт.) | 0,25 |
| 8 | Блюда из творога (на 1 кг) | 10 |
| 9 | Блюда из рыбы (на 1 порцию) | 3 |
| 10 | Блюда из мяса (на 1 порцию) | 4 |
| 11 | Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию) | 3-5 |

Расчет расхода сырья и выхода полуфабрикатов

| Наименование сырья | Масса сырья брутто, г | Отходы и потери при холодной обработке, % к массе брутто | Масса сырья нетто, г |
|--|--------------------------|--|-------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Картофель свежий продовольственный: | | | |
| молодой сырой очищенный до 1 сентября | 125 | 20 | 100 |
| сырой очищенный: | | | |
| с 1 сентября по 31 октября | 133 | 25 | 100 |
| с 1 ноября по 31 декабря | 143 | 30 | 100 |
| с 1 января по 28-29 февраля | 154 | 35 | 100 |
| с 1 марта | 167 | 40 | 100 |
| Баклажаны: | | | |
| свежие | 105 | 5 | 100 |
| быстрозамороженные | 100 | 0 | 100 |
| Горошек зеленый: | | | |
| быстрозамороженный | 100 | 0 | 100 |
| консервированный | 154 | 35 | 100 |
| Капуста: | | | |
| белокачанная свежая сырая очищенная | 125 | 20 | 100 |
| брокколи, цветная свежая сырая очищенная | 192 | 48 | 100 |
| брокколи, цветная быстрозамороженная | 100 | 0 | 100 |

| | | | |
|---|-----|----|-----|
| краснокачанная свежая сырая очищенная | 118 | 15 | 100 |
| китайская (пекинская) сырая очищенная | 109 | 8 | 100 |
| Кабачки свежие: | | | |
| с кожицей и семенами сырые | 105 | 5 | 100 |
| быстрозамороженные | 100 | 0 | 100 |
| Кукуруза сахарная: | | | |
| быстрозамороженная | 100 | 0 | 100 |
| консервированная | 167 | 40 | 100 |
| Лук: | | | |
| репчатый свежий сырой очищенный | 119 | 16 | 100 |
| зеленый очищенный | 125 | 20 | 100 |
| Морковь столовая свежая сырая очищенная: | | | |
| до 1 января | 125 | 20 | 100 |
| с 1 января | 133 | 25 | 100 |
| быстрозамороженная | 100 | 0 | 100 |
| Петрушка свежая: | | | |
| корневая | 133 | 25 | 100 |
| зелень | 135 | 26 | 100 |
| Помидоры: | | | |
| свежие парниковые неочищенные | 102 | 2 | 100 |
| свежие грунтовые | 118 | 15 | 100 |
| Редис: | | | |
| красный обрезной (поступающий без ботвы) очищенный от кожицы | 133 | 25 | 100 |
| красный обрезной, не очищенный от кожицы (с укороченной ботвой до 3 см) | 108 | 7 | 100 |
| Салат: | | | |

| | | | |
|---|-----|------|-----|
| кочанный | 149 | 33 | 100 |
| латук, ромэн, кресс | 139 | 28 | 100 |
| Свекла столовая свежая: | | | |
| сырая очищенная до 1 января | 125 | 20 | 100 |
| сырая очищенная с 1 января | 133 | 25 | 100 |
| Тыква продовольственная свежая сырая очищенная | 143 | 30 | 100 |
| Укроп молодой столовый свежий | 135 | 26 | 100 |
| Фасоль стручковая: | | | |
| консервированная | 167 | 40 | 100 |
| быстрозамороженная | 100 | 0 | 100 |
| Чеснок свежий очищенный | 133 | 25 | 100 |
| Щавель свежий | 132 | 24 | 100 |
| Шпинат свежий | 135 | 26 | 100 |
| Плоды и ягоды свежие: | | | |
| Апельсины при получении сока | 227 | 56 | 100 |
| Бананы очищенные | 143 | 30 | 100 |
| Виноград свежий столовый | 104 | 4 | 100 |
| Груши свежие с удаленным семенным гнездом | 111 | 10 | 100 |
| Лимон очищенный | 114 | 12,5 | 100 |
| Лимон при получении сока | 222 | 55 | 100 |
| Мандарины очищенные | 135 | 26 | 100 |
| Мандарины при получении сока | 175 | 43 | 100 |
| Персики, нектарины свежие с удаленной косточкой | 111 | 10 | 100 |
| Слива с удаленной косточкой | 111 | 10 | 100 |
| Смородина красная свежая | 106 | 6 | 100 |

| | | | |
|--|-----|----|-----|
| Смородина черная свежая | 102 | 2 | 100 |
| Черешня, вишня с удаленной плодоножкой | 105 | 5 | 100 |
| Черешня, вишня с плодоножкой | 102 | 2 | 100 |
| Яблоко свежее с удаленным семенным гнездом | 122 | 8 | 100 |
| Яблоко свежее очищенное от кожуры с удаленным семенным гнездом | 143 | 30 | 100 |
| Сыры | | | |
| Сыры полутвердые | 108 | 7 | 100 |
| Сыры рассольные, в т.ч. брынза | 108 | 7 | 100 |

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной, изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639с.
2. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под общей редакцией М.П. Могильного, Изд-во Дели принт, 2017.- 544с.
3. Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садом, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений / Под редакцией профессора Перевалова А. Я.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора, Новосибирск, 2020.- 145с.
5. Сборник технологических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под общей редакцией Ф.Л. Марчука, изд-во ТОО «Пчёлка», 1994.- 616с.
6. Скурихин И.М., Волгарева М.Н. Химический состав пищевых продуктов. Изд. 2-е – М.: Агропромиздат, 1987. Кн. 1: Справочные таблицы содержания основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. – 224с.; Кн. 2: Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, макро- и микроэлементов, органических кислот и углеводов. - 360с.
7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся общеобразовательных организаций / Под общей редакцией В.Р. Кучмы, Москва, 2016.
8. СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
9. МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций».
10. Технологические карты муниципального унитарного предприятия «КШП №1» муниципального образования город Краснодар на кулинарные изделия (или блюда).