МБОУ СОШ № 24 г. Краснодар

Подписан: МБОУ СОШ № 24 г. Краснодар
DN: OU=МБОУ СОШ № 24 г. Краснодар, O=МБОУ СОШ № 24 г. Краснодар, CN=МБОУ СОШ № 24 г. Краснодар, E=school24@kubannet.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место вашего подписания
Дата: 2022-11-03 11:12:15
Foxit Reader Версия: 9.5.0

«РАЗРАБОТАНО»
Муниципальное унитарное предприятие
«Комбинат школьного питания №1»
Муниципальное образование город Краснодар

Генеральный директор_____А.Н. Худобин

« » _____2022 год

«СОГЛАСОВАНО»
Директор общеобразовательной организации

_____
21.10.2022

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

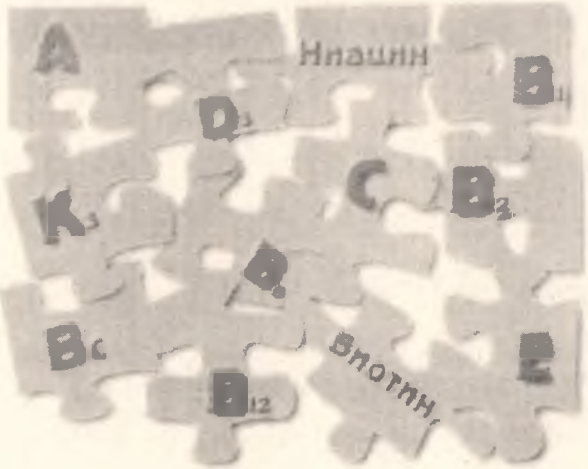
2. Горячие обеды и полдники для обучающихся детей ОВЗ и детей- инвалидов 12-18 лет, 2-ой смены

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 рецептур 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] (твердых сортов)	20	4,64	5,9	0	72
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным[1] (190/10)	200	8,23	10,53	42,2	298
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**600**	**21,74**	**20,91**	**106,45**	**691,1**

№ 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	5,2	5,2	106
ТК	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,2	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
406-17	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,4
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	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]	120	1,32	0,24	4,56	26,4
451-04	Шницель говяжий	100	15,9	14,4	16	278,67
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**660**	**25,09**	**21,78**	**83,02**	**649,05**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
135-04	Суп из овощей	250	2,2	4,4	12,4	99
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,8
389-07, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	25	1,1	0,79	6,75	64,5
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	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] (твердых сортов)	10	2,32	2,95	0	36
362-04	Пудинг из творога со сметаной (200/5)	205	16,6	19,7	32,27	402,3
386-17, ТК	Кисломолочный продукт[5] (кефир)	200	5,8	5	8	100
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	ИТОГО	**575**	**29,02**	**28,95**	**78,57**	**711**

№ 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	6,2	5,6	22,3	167
235-17	Шницель рыбный натуральный[7] (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230
518-04	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217,8
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,5	22,5	105
	ИТОГО	**935**	**33,8**	**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[3]	120	1,32	0,24	4,56	14,4
ТК	Вок "Курица с овощами"	200	11,2	20,6	37,4	286,67
ТК	Кисель из плодов[6]	200	0,89	0,06	32,75	122
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	20	2,3	1,8	5,1	67
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**620**	**21,01**	**24**	**118,31**	**672,57**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
015-17	Сыр порционно[4] (твердых сортов)	30	6,96	8,85	0	108
111-04	Борщ сибирский	250	3,9	4,3	16	118
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,5	34,6	5,89	352
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**900**	**41,53**	**52,53**	**95,64**	**952,9**

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по сезону[3]	110	1,21	0,22	4,18	13,2
ТК	Рыба, запеченная[7] с маслом сливочным (110/5)	115	17,81	15,8	4,83	268,4
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Напиток витаминизированный[9]	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	ИТОГО	**655**	**28,36**	**23,36**	**84,45**	**683,8**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**125,22**	**119**	**470,8**	**3407,52**
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		**25,044**	**23,8**	**94,16**	**681,504**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
138-04	Суп картофельный с крупой[1]	250	2,1	2,8	19,1	143
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	44
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**850**	**18,62**	**13,17**	**214,03**	**928,06**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**163,06**	**159,78**	**723,67**	**4777,58**
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		**32,612**	**31,956**	**144,734**	**955,516**

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по сезону[3]	120	1,32	0,24	4,56	14,4
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,89	31,11	3,54	369,54
386-17, ТК	Кисломолочный продукт[5] (кефир)	200	5,8	5	8	100
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**690**	**31,01**	**37,85**	**59,4**	**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	6,2	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**815**	**32,3**	**39,01**	**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 из овощей по-сезону[3]	100	1,06	0,17	8,52	39,9
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,4	226,27
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	20	2,7	4,1	13	102,5
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**580**	**30,6**	**18,57**	**96,24**	**658,17**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Овощи по сезону[3]	100	1,3	0,1	6,9	12
93-18	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	70,75
443-04, ТК	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350
350-17, ТК	Кисель из ягод свежезамороженных[2]	200	0,18	0,14	23,94	117
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	30	1,6	1,8	8,54	126
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	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] (филе минтая)	100	14,8	13,9	11,8	164
518-04	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217,8
389-17, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**640**	**25**	**24,78**	**106,9**	**687,62**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Салат из овощей по-сезону[3]	100	0,75	6,02	2,35	59,6
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13	121
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,9	9,4	4,6	200,29
302-17	Каша рассыпчатая[1] (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,4
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**1050**	**29,92**	**27,83**	**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" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5)	105	14,7	11,66	12,7	243
ТК	Каша рассыпчатая с овощами[1] (пшеничная)	180	7,2	1,26	50,4	225
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**645**	**26,27**	**14,24**	**111,4**	**680,7**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
015-07	Сыр порционно[4] (твердых сортов)	20	4,64	5,9	0	72
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,2	9,3	0,9	176
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Напиток витаминизированный[9]	180	0,9	0	18,18	75
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	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[3]	100	1,1	0,2	3,8	12
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,2	7,19	34,22	226,08
389-17,	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
	Итого	**640**	**33,42**	**21,82**	**93,65**	**694,5**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**146,3**	**117,26**	**467,59**	**3401,53**
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		**29,26**	**23,452**	**93,518**	**680,306**
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		**271,52**	**236,26**	**938,39**	**6809,05**
	СРЕДНЯЯ		**27,152**	**23,626**	**93,839**	**680,905**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Салат из овощей по-сезону[3]	100	0,75	6,02	2,35	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, запеченная[7] (филе горбуши) с маслом сливочным (115/5)	120	22,95	14,54	5,2	289,1
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	100,5
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**940**	**38,61**	**36,18**	**95,46**	**944,08**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**178,02**	**167,65**	**596,43**	**4796,53**
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		**35,604**	**33,53**	**119,286**	**959,306**
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		**341,08**	**327,43**	**1320,1**	**9574,11**
	СРЕДНЯЯ		**34,108**	**32,743**	**132,01**	**957,411**

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	5,2	5,2	106
ТК	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,2	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
406-17	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,4
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	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	2,7	15,95	100,6
	Итого	**350**	**12,21**	**11,45**	**62,8**	**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	2,2	4,4	12,4	99
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,8
389-07, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	25	1,1	0,79	6,75	64,5
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**945**	**36,66**	**30,1**	**138,5**	**971,52**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Полдник						
ТК	Булочка с сыром	100	19,83	27,33	69,33	305
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20	42
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	**400**	**20,3**	**27,75**	**99,13**	**394**

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	6,2	5,6	22,3	167
235-17	Шницель рыбный натуральный[7] (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230
518-04	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217,8
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,5	22,5	105
	ИТОГО	**935**	**33,8**	**34,73**	**133,78**	**996,19**

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Полдник						
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,3	7,31	38,9	269,33
386-17, ТК	Кисломолочный продукт[5] (ряженка)	250	7,25	6,25	10	125
	ИТОГО	**350**	**19,55**	**13,56**	**48,9**	**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] (твердых сортов)	30	6,96	8,85	0	108
111-04	Борщ сибирский	250	3,9	4,3	16	118
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,5	34,6	5,89	352
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**900**	**41,53**	**52,53**	**95,64**	**952,9**

№ 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	0	20,2	84,8
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	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[1]	250	2,1	2,8	19,1	143
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	44
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**850**	**18,62**	**13,17**	**214,03**	**928,06**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**163,06**	**159,78**	**723,67**	**4777,58**
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		**32,612**	**31,956**	**144,734**	**955,516**

№ 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
342-17, ТК	Компот из ягод свежезамороженных[2]	200	0,13	24,5	0,04	117
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	**400**	**16,1**	**35,62**	**39,81**	**414**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**81,55**	**99,19**	**313,81**	**2033,02**
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		**16,31**	**19,838**	**62,762**	**406,604**

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	6,2	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**815**	**32,3**	**39,01**	**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	7,3	35	243
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	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]	100	1,3	0,1	6,9	12
93-18	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	70,75
443-04, ТК	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350
350-17, ТК	Кисель из ягод свежезамороженных[2]	200	0,18	0,14	23,94	117
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	30	1,6	1,8	8,54	126
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	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	11,4	55,35	360
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20	40
	Итого	**350**	**9,12**	**11,42**	**75,35**	**400**

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Салат из овощей по-сезону[3]	100	0,75	6,02	2,35	59,6
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13	121
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,9	9,4	4,6	200,29
302-17	Каша рассыпчатая[1] (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,4
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**1050**	**29,92**	**27,83**	**125,02**	**936,69**

№ 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
389-17, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Кондитерское изделие[8] в пром/упаковке	15	0,98	4,2	9,3	56
	Итого	**395**	**14,27**	**15,01**	**70,45**	**404,2**

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
015-07	Сыр порционно[4] (твердых сортов)	20	4,64	5,9	0	72
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,2	9,3	0,9	176
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Напиток витаминизированный[9]	180	0,9	0	18,18	75
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**840**	**43,93**	**35,01**	**102,76**	**979,89**

№ 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
342-17, ТК	Компот из ягод свежезамороженных[2]	200	0,16	0,16	27,81	105
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	38
	Итого	**400**	**16,13**	**11,28**	**67,58**	**423**

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Салат из овощей по-сезону[3]	100	0,75	6,02	2,35	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, запеченная[7] (филе горбуши) с маслом сливочным (115/5)	120	22,95	14,54	5,2	289,1
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	100,5
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84
	ИТОГО	**940**	**38,61**	**36,18**	**95,46**	**944,08**
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		**178,02**	**167,65**	**596,43**	**4796,53**
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		**35,604**	**33,53**	**119,286**	**959,306**
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		**341,08**	**327,43**	**1320,1**	**9574,11**
	СРЕДНЯЯ		**34,108**	**32,743**	**132,01**	**957,411**

№ 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
389-17, ТК	Сок натуральный[9] пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие[2] по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	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**	**11,012**	**68,132**	**409,504**
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		**143,9**	**154,25**	**654,47**	**4080,54**
	СРЕДНЯЯ		**14,39**	**15,425**	**65,447**	**408,054**

Приложение

Приложение А

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 лося (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
Картофель	100	Капуста белокочанная			111
		Капуста цветная			80
		Морковь			154
		Свёкла			118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные			33
		Горошек зелёный			40
		Горошек зелёный консервированный			64
		Кабачки			300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные			200
		Соки фруктовые			133
		Соки фруктово-ягодные			133
		Сухофрукты: Яблоки Чернослив Курага Изюм			 12 17 8 22

Приложение Б

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

Приложение В

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 рецептур 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под общей редакцией М.П. Могильного, Изд-во Дели принт, 2017.- 544с.
3. Единый сборник технологических нормативов, рецептур 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 рецептур 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 рецептур 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 рецептур 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).