



Л.Е. Дьяченко

Основное (организованное меню)

НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД УЧЕБНОГО ГОДА

ООО «Виктория-96»

Для учащихся муниципального образовательного учреждения общеобразовательных учреждений - организация двухразового питания обучающихся детей инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья 1-4 классы 1 смена город Краснодар:



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МКОУ СОШ № 55
В.И. Убовская

2022-2023

**ООО "Виктория-96"
ОСЕНЬ-ЗИМА 2022-2023 ЗАВТРАК**

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
70-17	Огурец солёный в нарезке (промышлен. произ-ва)	80	0,66	0,12	2,28	10,40
451-04	Шницель говяжий (говядина 1-й категории)	90	14,31	12,96	14,40	274,61
54-11-г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	590	21,75	19,45	71,80	587,40

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно (45%-50 % жирности)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
362-04	Пудинг из творога со сметаной	140/10	11,66	13,79	22,60	273,00
386-17	Кефир 2,5 % жирности (тетрапак)	180	5,22	4,50	7,20	90,00
399-16	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	500	25,22	25,39	63,60	587,50

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей (морковь, помидор, перец сладкий	90	1,17	0,09	6,21	32,90
492-04	Плов из птицы, говядины	150	20,40	5,93	26,03	239,30
355-17	Кисель из сушёных сухофруктов	200	0,89	0,06	32,75	154,60
403-16	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	590	26,16	7,28	98,79	587,50

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
15-017	Сыр порционно (45-50 % жирности)	20	4,64	5,9	0	72
173-17	Каша: вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным	200	8,23	10,53	42,20	263,20
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,78	15,95	100,60
393-16	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	570	19,74	20,41	91,95	587,50

№ рецептуры	Пятница Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей (морковь, огурец, перец сладкий)	90	1,10	0,20	3,80	39,38
ТК	Филе минтая запечённое с маслом сливочным	90/5	14,58	13,59	3,96	209,41
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	ИТОГО	575	23,29	20,14	71,06	587,50
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		116,16	92,67	397,19	2937,40
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		23,23	18,53	79,44	587,48

№ рецептуры	Понедельник Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	4,10	0,20	3,80	22,00
210-2003	Рагу из птицы	50/100	13,40	7,36	15,30	169,70
693-04	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие	25	3,50	4,50	18,00	175,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	505	24,97	16,05	76,92	587,40

№ рецептуры	Вторник Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
234-17	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	168,98
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
403-16	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	22,40	22,75	87,63	587,50

№ рецептуры	Среда Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	140/10	13,94	24,83	2,64	312,80
386-17, ТК	Кисломолочный продукт 2,5 % жирности (плёнка)	180	5,22	4,50	7,20	90,00
393-16	Апельсин	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	587,50

Четверг						
№ рецептуры	Прямь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
71-17	Отруец свежий в нарезке	80	0,88	0,16	3,04	17,60
431-04	Печень по-строгановски (печень говяжья)	55/35	13,60	13,60	3,90	191,28
205-17	Макаронь отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	550	23,85	20,55	77,64	587,30

Пятница						
№ рецептуры	Прямь пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
49-2016	Салат зелёный с помидорами и растительным маслом	70	0,56	0,07	1,75	42,00
347-18	Котлеты "Школьные" с маслом сливочным (говядина 1-категории)	90/5	12,80	10,70	9,87	204,30
ТК	Каша рассыпчатая пшеничная с овощами	150	6,00	1,05	42,00	187,50
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,13	0,00	10,20	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70

ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	575	22,79	12,62	87,82	587,50
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		117,97	102,70	377,45	2937,20
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		23,59	20,54	75,49	587,44
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		234,13	195,37	774,64	5874,60
	СРЕДНЯЯ		23,41	19,54	77,46	587,46

Директор ООО "Виктория-96"



Дьяченко Л.Е.

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей (морковь, огурец, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,60
ТК	Нарезка куриные	100	7,30	7,60	31,82	216,23
512-04	Рис припущенный	150	4,03	7,98	32,85	211,50
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	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	760	22,57	21,22	138,33	822,50

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
49-2016	Салат зелёный с помидорами и маслом растительным	60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80
347-18	Котлета "Школьная" (говядина 1-категории)	100	12,96	23,72	12,70	223,49
302-17	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,79	4,44	30,89	207,00
631-04	Компот из вишни свежемороженой	200	2,18	0,20	15,82	92,61
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	780	27,28	34,52	100,87	822,50

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
71-17	Помидор свежий в нарезке	60	0,66	0,12	2,28	13,20
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,20
468-04	Оладьи из пшена (печень говяжья)	120	21,32	13,53	8,95	221,00

205-17	Макаронны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	20	2,80	3,60	14,40	106,68
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	ИТОГО	790	36,61	27,76	111,25	822,40

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Четверг			
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно (45-50 % жирности)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
138-04	Суп картофельный с крупой	200	1,68	2,24	15,28	114,40
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами со сгущёнкой	150/5	7,25	6,61	97,67	411,40
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10,00	40,00
403-16	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	ИТОГО	745	18,04	16,17	161,75	822,40

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Пятница			
			Б	Ж	У	
45-17	Салат из белокачанной капусты	60	0,58	3,65	2,19	42,62
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,80	94,40
235-17	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	100/5	13,02	14,51	7,98	225,60
54-11-г-20	Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	138,78
631-04	Компот из свежих плодов и свежемороженой	200	3,17	2,78	15,95	100,50
399-16	Мандарин	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	865	28,79	31,28	107,02	822,40
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		133,29	130,95	619,22	4112,20

СРЕДНЯЯ за 5 Дней	26,66	26,19	123,84	822,44
-------------------	-------	-------	--------	--------

№ рецептуры	Понедельник Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			ТК	Ассорти из свежих овощей (морковь, огурец, перец сладкий)	60	
109-04	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,50	5,00	56,60
443-04, ТК	Плов из говядины (говядина 1- категории)	50/100	16,20	15,90	28,30	262,50
350-17	Кисель из свежих плодов или свежемороженой	200	0,18	0,14	23,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие	15	2,10	2,70	10,80	130,65
393-16	Апельсин	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	805	26,22	24,00	120,48	822,50

№ рецептуры	Вторник Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			108-17	Суп картофельный с клецками	200	
268-17	Шницель говяжий (говядина 1- категории)	100	15,00	22,00	13,02	256,10
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10,00	40,00
403-16	Блоки свежие	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	840	26,62	35,04	110,00	822,50

		Среды							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал			
			Б	Ж	У				
48-2016	Салат зелёный с огурцом и растительным маслом	60	0,66	3,66	2,74	62,00			
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80			
ТК	Филе трески запеченное с маслом	90/5	14,58	13,59	3,96	266,10			
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	138,78			
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32			
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	795	26,55	27,81	93,58	822,50			

		Четверг							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал			
			Б	Ж	У				
015-17	Сыр порционно (45-50 % жирности)	25	5,80	7,38	0,00	90,00			
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	10,80	6,20	0,60	124,00			
362-04	Пудинг из творога со сметаной	155/5	12,44	14,71	24,11	302,40			
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,78	15,95	100,50			
399-16	Мандарин	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
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	780	37,21	32,57	83,96	822,50			

№ рецептуры	Патница Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей (морковь, огурец, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80
493-04	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	70/25	14,69	5,57	3,10	222,53
302-17	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,79	4,44	30,89	207,00
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
393-16	Апельсин	100	0,40	0,40	9,80	47,00
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	855	27,76	15,73	103,77	822,50
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		144,36	135,15	511,79	4112,50
	СРЕДНЯЯ за 5 дней		28,87	27,03	102,36	822,50
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		277,65	266,10	1131,01	8224,70
	СРЕДНЯЯ		27,77	26,61	113,10	822,47

Директор ООО "Виктория-96"



Дьяченко Л.Е.

Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых наборов пищевых продуктов(завтраков25%+обедов35%=60%)для учащихся ОВЗ 7-11 лет , (согласно СанПиН 2.3/2.4 3590-20 от 11.11.2020г.)

Наименование продуктов	Рекомендуемая норма на одного обучающегося в день (гр.)	Фактическое выполнение (гр.)
Хлеб ржаной	48	48
Хлеб пшеничный	90	90
Мука пшеничная	9	9
Крупа, бобовые	27	27
Макаронные изделия	9	9
Картофель (очищенный)	112,2	112,2
Овощи(свежие, мороженые консервированные), включая солёные и квашеные(не более10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень ,г	168	168
Фрукты свежие	111	111
Сухофрукты	9	9
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	120	120
Мясо 1-категории	42	42
Птица(цыплята -бройлеры потрошёные 1-категории)	21	21
Субпродукты(печень, язык, сердце)	9	9
Рыба(филе),в т.ч.филе слабо или малосолёное	34,80	34,80
Молоко	180	180
Кисломолочная пищевая продукция	90	90
Творог (5%- 9 % м.д.ж.)	30	30
Сыр	6	6
Сметана	6	6
Масло сливочное	18	18
Масло растительное	9	9
Яйцо	24	24
Сахар	18	18
Кондитерские изделия	6	6
Чай	0,6	0,6
Какао-порошок	0,6	0,6
Кофейный напиток	1,2	1,2
Дрожжи хлебопекарные	0,12	0,12
Соль пищевая поваренная йодированная	1,8	1,8

Директор ООО «Виктория-96»



Л.Е.Дьяченко

Примечание:

- В меню используется йодированная соль и йодированный хлеб, производства Торговый Дом «Каравай Кубани» (г.Краснодар, ул. Российская,9г)

Используемая литература:

- 1)Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных учреждений ; под общей редакцией В.Т. Лапшиной 2004 года-639 с.
- 2)Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания В.А. Тутельян, Скурихин И.М.ООО «ДеЛи принт » , 2008 года. - 276с
- 3) «Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред.ДеЛи плюс, 2017г, ГОУ ВПО ПГТУ Могильный М.П., ГУ НИИ питания РАМН Тутельян В.А.;
- 4) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организации . Под редакцией Члена –Корреспондента Российской Академии Наук В.Р.Кучмы., Москва 2016год.
- 5) Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/Под ред. А.Я. Перевалова, Н.В. Тапешкиной ,2018г.
- 6)Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления, ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» Роспотребнадзор ,2022г.
- 7) СанПин 2.3/2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Директор



Л.Е.Дьяченко