

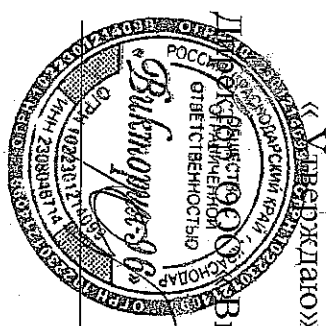
Основное (организованное меню)

НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД УЧЕБНОГО ГОДА

ООО «Виктория-96»

для учащихся муниципального образования общеобразовательных учреждений – организация питания обучающихся 1-4 классы 1 смена-завтрак
Город Краснодар:

МАОУ СОШ № 41
МАОУ СОШ № 14
МАОУ СОШ № 53
МАОУ СОШ № 55
МАОУ гимназии № 33
МАОУ гимназии № 54



«Утверждаю»
Виктория-96»

Л.Е. Дьченко

2022-2023

ООО "Виктория-96"

		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	
54-11г-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 порционнно (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)	10	2,32	2,95	0	36			
173-17	Каша вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным	190/10	8,23	10,53	42,20	299,00			
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	560	17,42	17,46	91,95	587,30			

№ 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		113,84	89,72	397,19	2937,20
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		22,77	17,94	79,44	587,44

№ рецептуры	Понедельник 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	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

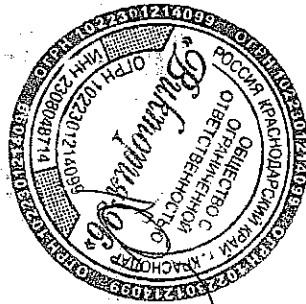
		Вторник							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал			
			Б	Ж	У				
234-17	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	168,98			
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50			
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	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			

		Среда							
№ рецептуры	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	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
71-17	Огурец 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	Приём 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		231,81	192,42	774,64	5874,40
	СРЕДНЯЯ		23,18	19,24	77,46	587,44



Директор ООО "Виктория-96"

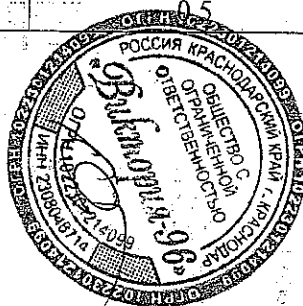
Дьяченко Л.Е.

Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых наборов пищевых продуктов (завтраков 25%) для учащихся 7- 11 лет, в МАОУ СОШ № 41, 55, 14, 53, МАОУ гимназия № 33,54

Приложения СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование продуктов	Рекомендуемая среднесуточная норма на обучающегося (гр.)	Фактическое выполнение (гр.)
Хлеб ржаной	20	20
Хлеб пшеничный	35	35
Мука пшеничная	3,75	3,75
Крупа, бобовые	11,25	11,25
Макаронные изделия	3,75	3,75
Картофель (очищенный)	46,75	46,75
Овощи(свежие, мороженые консервированные), включая солёные и квашеные(не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень ,г	20	20
Фрукты свежие	46,25	46,25
Сухофрукты	3,75	3,75
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	50	50
Мясо 1-категории	17,5	17,5
Птица(цыплята -бройлеры потрошёные 1-категории)	8,75	8,75
Субпродукты(печень,язык,сердце)	7,5	7,5
Рыба(филе),в т.ч.филе слабо или малосолёное	14,5	14,5
Молоко	75	75
Кисломолочная пищевая продукция	37,5	37,5
Творог (5%- 9 % м.д.ж.)	12,5	12,5
Сыр	2,5	2,5
Сметана	2,5	2,5
Масло сливочное	7,5	7,5
Масло растительное	3,75	3,75
Яйцо	10	10
Сахар	7,5	7,5
Кондитерские изделия	2,5	2,5
Чай	0,25	0,25
Какао-порошок	0,25	0,25
Кофейный напиток	0,5	0,5
Дрожжи хлебопекарные	0,05	0,05
Соль пищевая поваренная йодированная	0,5	0,5

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 рецептов 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 рецептов 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 рецептов 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, рецептов блюд и кулинарных изделий/Под ред. А.Я. Перевалова, Н.В. Тапешкиной ,2018г.
- 6)Сборник рецептов 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