

«РАЗРАБОТАНО»



Д.Е. Дьяченко

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МАОУ СОШ № 55



Основное (организованное меню)

НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД УЧЕБНОГО ГОДА

ООО «Виктория-96»

Для учащихся муниципального образования общеобразовательных учреждений - организация двухразового питания обучающихся детей инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья 5-11 классы
1 смена город Краснодар:

2022-2023

ООО "Виктория-96"

Старшие 2022год ОБЗ 1 смена-завтрак и обед

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	День 1. Завтрак					
362-04	Пудинг из творога	200	20,02	7,60	36,40	389,00
Пром	Сметана 20 % жирности	20	0,50	3,00	0,70	32,00
685-04	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,00
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
Пром	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	8,82	42,30
	Итого	550	23,22	11,30	72,32	580,10
	День 1. Обед					
74-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
137-04,						
112-04	Суп картофельный с фрикадельками мясными	250/25	7,80	6,00	31,50	164,00
451-04	Шницель рубленый (говядина)	100	17,50	24,90	19,00	309,69
508-04	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180	6,30	11,11	45,90	300,20
631-04	Компот из плодов свежих или ягод св/мороженых	180	0,90	0,11	22,35	92,61
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
	Итого	865	35,70	42,62	134,95	951,30

День 2. Завтрак									
71-17	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	1,90	12,00			
ТК	Гречка "По-Кубански"	150	13,90	7,55	79,73	456,20			
389-17	Сок натуральный	200	1,00	0,20	20,20	92,00			
Пром	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20			
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60			
		Итого	580	18,20	8,55	124,03			668,00
День 2. Обед									
52-17	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80			
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,25	167,00			
443-04	Плов из говядины	280	28,00	22,02	78,31	430,14			
348-17	Компот из плодов или ягод сушеных(сухофруктов)	180	0,70	0,05	42,53	148,88			
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20			
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60			
		Итого	840	38,41	33,98	163,75			899,62
День 3. Завтрак									
340-04	Омлет натуральный	200	18,58	19,62	5,00	332,00			
14-17	Масло сливочное 72,5 % жирн ГОСТ в нарезке	20	0,20	14,40	0,20	132,00			
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,70	15,95	100,60			
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20			
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60			
Пром	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
		Итого	550	24,45	37,42	43,35			672,40

686-04	Чай с лимоном	200	0,20	0,00	13,60	56,00
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20
Пром	Фрукт свежий	100	0,36	0,36	8,82	42,30
	Итого	550	29,96	17,96	69,26	675,50
День 6 Обед						
71-17	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	1,90	12,00
132-04	Рассольник ленинградский	250	2,40	3,60	16,10	135,00
436-04	Жаркое по-домашнему	250	22,25	12,25	53,33	497,25
348-17	Компот из плодов или ягод сушеных(сухофруктов)	200	0,70	0,05	42,53	176,74
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
	Итого	830	28,25	16,30	126,26	881,79
День 7 Завтрак						
182-17	Каша молочная жидкая рисовая	200	5,10	3,70	31,01	177,29
364-04	Зразы из творога с курагой со сметаной	100/10	14,00	11,10	42,01	290,00
14-17	Масло сливочное 72,5 % жирн ГОСТ в нарезке	10	0,10	7,20	0,10	66,00
685-04	Чай с сахаром	200	0,20	0,02	14,00	56,00
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
	Итого	550	21,50	22,32	99,52	650,09
День 7. Обед						

443-04	Плов из говядины	240	15,60	14,70	65,28	485,20
631-04	Компот из плодов свежих или ягод св/мороженных	180	0,30	0,08	25,38	104,90
Пром	Хлеб пшеничный	15	1,10	0,10	7,40	35,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
	<i>Итого</i>	<i>800</i>	<i>25,60</i>	<i>25,78</i>	<i>134,21</i>	<i>905,90</i>
	<i>Итого за весь период 12 дней:</i>	<i>635,70</i>	<i>642,47</i>	<i>2681,77</i>	<i>18782,99</i>	
	<i>Среднее значение за период:</i>	<i>52,93</i>	<i>53,53</i>	<i>223,29</i>	<i>1665,25</i>	



Директор

Л.Е.Дьяченко

Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых наборов пищевых продуктов (завтраков 25% + обед 35% = 60%) для учащихся ОБЗ с 12 лет и старше, в МАОУ СОШ № 41, 55, 14, 53, МАОУ гимназии № 33, 54 (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	72	71,9
Хлеб пшеничный	120	120
Мука пшеничная	12	12
Крупа, бобовые	30	30
Макаронные изделия	12	12
Картофель (очищенный)	112,2	112,2
Овощи (свежие, мороженые консервированные), включая солёные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	192	192
Фрукты свежие	111	111
Сухофрукты	12	12
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	120	120
Мясо 1-категории	46,8	46,8
Птица (цыплята -бройлеры потрошёные 1-категории)	31,8	31,8
Субпродукты (печень, язык, сердце)	24	24
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосолёное	46,2	46,2
Молоко	210	210
Кисломолочная пищевая продукция	108	108
Творог (5%- 9 % м.д.ж.)	36	36
Сыр	9	9
Сметана	6	6
Масло сливочное	21	21
Масло растительное	10,8	10,8
Яйцо	24	24
Сахар	21	21
Кондитерские изделия	9	9
Чай	1,2	1,2
Какао-порошок	0,72	0,72
Кофейный напиток	1,2	1,2
Дрожжи хлебопекарные	0,18	0,18
Соль пищевая поваренная йодированная	3,0	3,0

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. Первалова, 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