

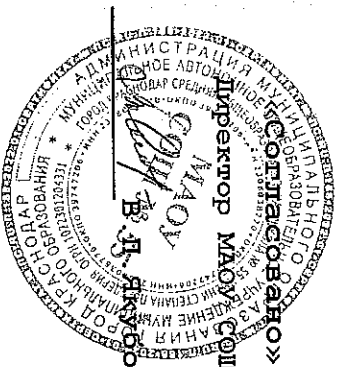
«Разработано»

41Муниципальное унитарное предприятие  
«Комбинат школьного питания №1»  
Муниципального образования город Краснодар



Директор «Виктория-96»

Т. Е. Дьяченко



Директор МАОУ СОШ №55

В. Д. Яковлевская

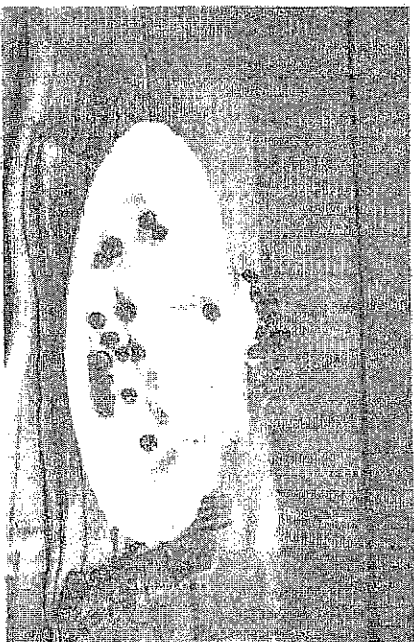
## ОСНОВНОЕ

# ГОРТАНИЗОВАНИЕ МЕНЮ

Для организации питания обучающихся детей 12-18 лет (завтраки)  
Муниципальных общеобразовательных  
организаций муниципального образования город Краснодар

Краснодар

2022



## ООО " Виктория-96"

### Меню для детей в возрасте 12 лет и старше ( завтраки)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>День 1 Завтрак</b>						
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	22,00
015-17	Сыр (порциями)	25	5,80	7,38	0,00	91,00
340-04	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	17,05	31,20	5,00	396,66
350-17	Кисель из плодов свежих или ягод св/мороженных	200	0,00	0,00	25,00	95,00
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
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>26,05</b>	<b>39,08</b>	<b>46,20</b>	<b>665,46</b>
<b>День 2. Завтрак</b>						
71-17	Огурец свежий в нарезке	100	0,80	0,10	1,90	12,00
TK	Гречка "То-Кубански"	200	28,85	10,40	79,73	405,00
389-17	Сок натуральный	180	0,18	0,00	28,98	82,80
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20

Пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
Пром	Кондитерское изделие	30	0,30	4,00	37,80	91,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>32,93</b>	<b>14,90</b>	<b>167,05</b>	<b>680,00</b>
<b>День 3. Завтрак</b>						
14-17	Масло (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,00
362-04	Пудинг из творога с повидлом	200	27,80	13,90	51,24	415,64
685-04	Чай с сахаром	200	0,20	0,02	14,00	56,00
Пром	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>31,30</b>	<b>21,92</b>	<b>93,78</b>	<b>673,84</b>
<b>День 4. Завтрак</b>						
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	22,00
451-04	Шницель говяжий	100	16,50	24,20	14,32	231,00
508-04	Каша гречневая распычатая с маслом	150	8,40	10,80	41,25	242,60
350-17	Кисель из плодов свежих или ягод св./мороженных	200	0,00	0,00	25,00	95,00
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
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>28,10</b>	<b>35,50</b>	<b>96,77</b>	<b>651,40</b>









Приложение Б

Таблица расхода соли при приготовлении блюд и изделий

№ п/п	Наименование блюда	Соль, г
1	2 Холодные блюда (на 1 порцию)	3 2-3
2	Супы (на 1 000 г)	6-10
3	Блюда из овощей (варка) на 1 литр воды	10
4	Блюда из круп (на 1 кг крупы)	
	Печеная каша:	
	■ Расыпчатая из ядрицы	21
	■ Вязкая	40
	Пшённая каша:	
	■ Расыпчатая	25
	■ Вязкая	40
	Рисовая каша:	
	■ Расыпчатая	28
	■ Вязкая	45
	Перловая каша:	
	■ Расыпчатая	30
	■ Вязкая	45
	Овсяная каша вязкая	40
	Манная каша вязкая	45
	Кukuрузная каша:	
	■ Расыпчатая	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
И	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
<b>Картофель свежий продовольственный:</b>			
молодой сырой очищенный до 1 сентября	125	20	100
<b>сырой очищенный:</b>			
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
<b>Баклажаны:</b>			
свежие	105	5	100
быстрозамороженные	100	0	100
<b>Горошек зеленый:</b>			
быстрозамороженный	100	0	100
консервированный	154	35	100
<b>Капуста:</b>			
белокочанная свежая сырая очищенная	125	20	100
броccoli, цветная свежая сырая очищенная	192	48	100
броccoli, цветная быстрозамороженная	100	0	100

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

Кочанный	149	33	100
Латук, ромэн, кресс	139	28	100
<b>Свегла столовая свежая:</b>			
сырая очищенная до 1 января	125	20	100
сырая очищенная с 1 января	133	25	100
Тыква продовольственная свежая сырая очищенная	143	30	100
<b>Укроп молодой столовый свежий</b>	135	26	100
<b>Фасоль стручковая:</b>			
консервированная	167	40	100
быстрозамороженная	100	0	100
<b>Чеснок свежий очищенный</b>	133	25	100
<b>Шавель свежий</b>	132	24	100
<b>Шпинат свежий</b>	135	26	100
<b>Плоды и ягоды свежие:</b>			
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
<b>Сыры</b>			
Сыры полутвердые	108	7	100
Сыры рассольные, в т.ч. брынза	108	7	100

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т. Лапиной, 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 Деши 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 Первалова 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 «Трёхлака», 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 ООО «Виктория-96» город Краснодар на кулинарные изделия (или блюда).