



Утверждено
Директор
М.С. Шерченко



«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации

Основное (организованное) Меню

Для организации питания обучающихся детей, ОВЗ и детей инвалидов 12-18 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования

Краснодар

2023



«РАЗРАБОТАНО»

Муниципальное унитарное предприятие
«Комбинат школьного питания №1»
Муниципальное образование города Краснодара

Генеральный директор *А.И. Худобин*

« » _____ 2022 год



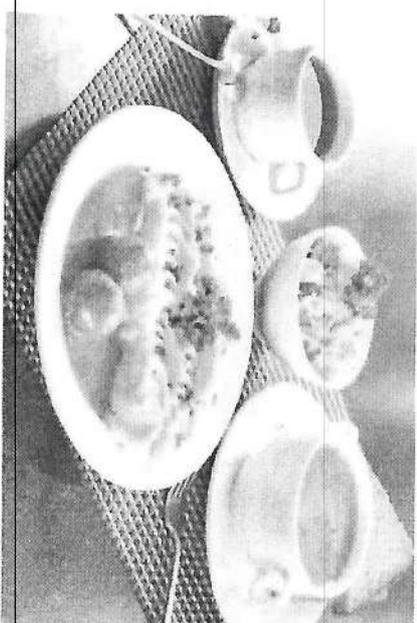
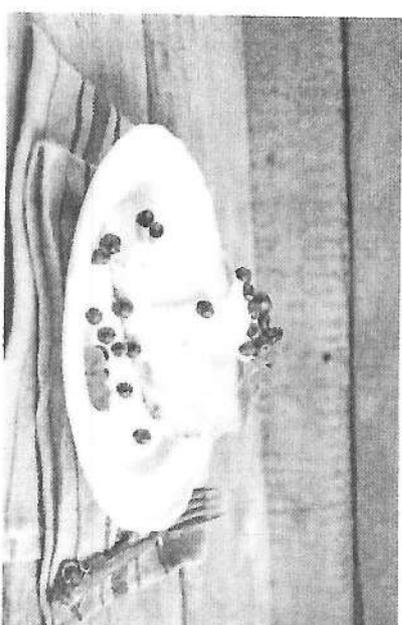
«СОГЛАСОВАНО»

Директор общеобразовательной
организации _____

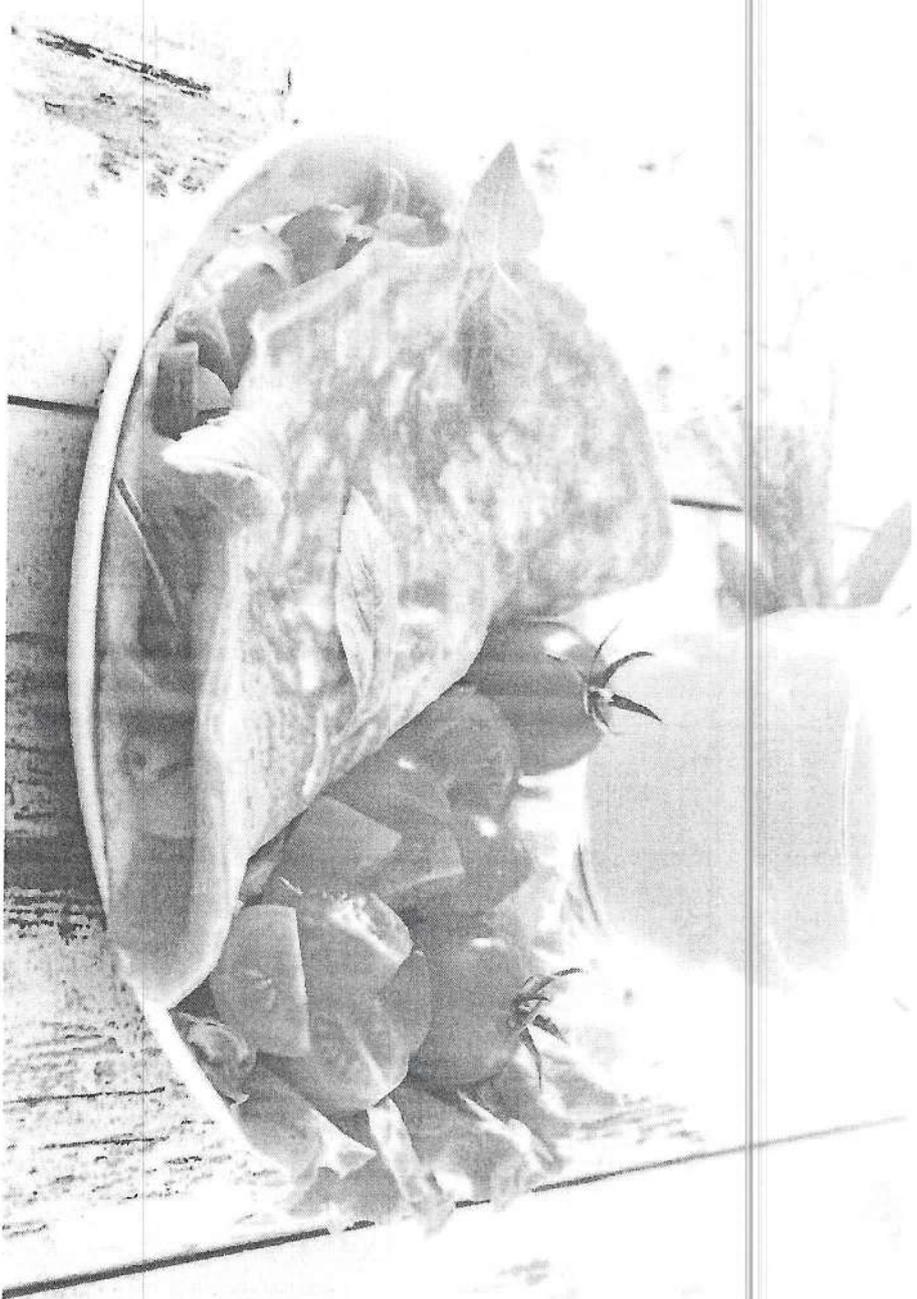
ОСНОВНОЕ [Организованное] МЕНЮ

Для организации питания обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

Краснодар
2022



Горячие завтраки и обеды, обучающихся детей ОВЗ и детей-инвалидов 12-18 лет, 1-ой смены



Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	120	1,32	0,24	4,56	26,40
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	660	25,09	21,78	83,02	649,05
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,80
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	25	1,10	0,79	6,75	64,50
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	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	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	945	36,66	30,10	138,50	971,52

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
015-17	Сыр порционно (Российский)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной (200/5)	205	16,60	19,70	32,27	402,30
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты (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	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	575	29,02	28,95	78,57	711,00

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	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	50	3,00	0,50	22,50	105,00
	Итого	935	33,80	34,73	133,78	996,19

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овоши по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40
310-16	Вок "Курица с овощами"	200	11,20	20,60	37,40	286,67
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	122,00
ТК	Кондитерское изделие (лакомка)	20	2,30	1,80	5,10	67,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ГК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	620	21,01	24,00	118,31	672,57

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	900	41,53	52,53	95,64	952,90

		Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Завтрак						
ТК	Овоши по-сезону (отурец соленый)	110	1,21	0,22	4,18	13,20	
ТК	Рыба, запеченная с маслом сливочным (110/5)	115	17,81	15,80	4,83	268,40	
54-1Г-20, ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28	
389-17, ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	
ТК	Хлеб ржанно-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	Итого	655	28,36	23,37	84,45	683,80	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		125,2	119,01	470,80	3407,51	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		25,04	23,80	94,16	681,50	

		Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
138-04	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00	
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00	
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	
ТК	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	
	Итого	867	18,62	13,17	214,03	928,06	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		163,1	159,78	723,67	4777,58	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		32,61	31,96	144,73	955,52	

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овоши по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40
ТК	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,89	31,11	3,54	369,54
386-17, ТК	Кисломологичный продукт (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
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	690	31,01	37,85	59,40	680,54

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
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	6,20	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	815	32,31	39,00	132,03	985,72

		Вторник							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Завтрак								
ТК	Салат по-сезону (салат из моркови с яблоками)	100	1,06	0,17	8,52	39,90			
210-03, ТК	Рагу из фиолетовой пшеницы	200	17,87	9,81	20,40	226,27			
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00			
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,70	4,10	13,00	102,50			
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	580	30,60	18,58	96,24	658,17			
Вторник									
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Обед								
ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	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	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350			
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117			
ТК	Кондитерское изделие (ирис в пром. упак.)	30	1,6	1,8	8,54	126			
ТК	Фрукты свежие (слива)	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	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164,00
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,80
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	640	25,00	24,78	106,90	687,62
Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной капусты)	100	0,75	6,02	2,35	59,60
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121,00
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,90	9,40	4,60	200,29
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,40
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	1030	29,92	27,82	125,02	936,69

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)	105	14,70	11,66	12,70	243,00
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)	180	7,20	1,26	50,40	225
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Фрукты (яблоки)	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	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	645	26,27	14,24	111,40	680,70
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-07	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,20	9,30	0,90	176,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	75,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	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	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	870	43,93	35,01	102,76	979,89

АНО "Школьное Питание"

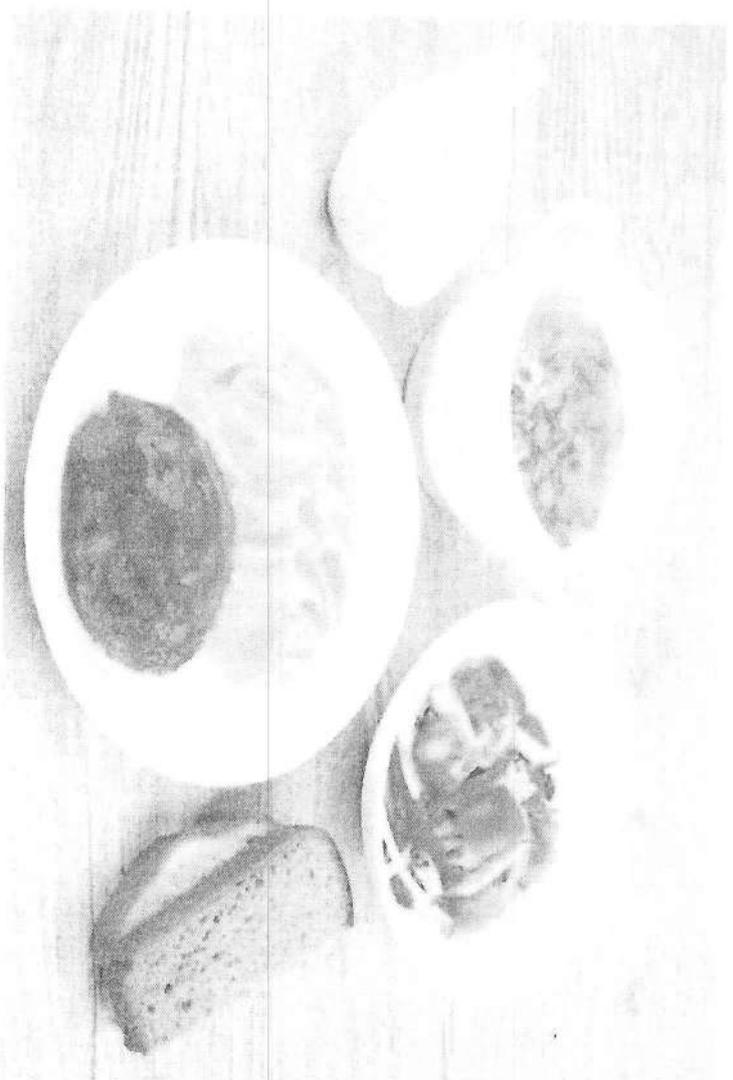
День: Суббота
 Неделя: 1
 Возрастная категория: Дети 12-18 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5,35	5,61	20,56	154	ТК
	Яйцо отварное	85	4,78	4,05	0,25	57	ТК
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,6	15,0	71,7	ТК
	Хлеб пшеничный	30	1,2	0,2	9,0	42	ТК
	Итого	545	13,5	10,48	54,81	364,7	
	Сагат "Светофор"	100	0,91	4,5	3,29	57	ТК
	Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	167	ТК
	Паста сливочная с курицей	300	21,41	25,84	42,82	489	ТК
	Сок фруктовый (инд. уп)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
Обед	Хлеб пшеничный	28	1,96	0,18	14	66,9	ТК
	Хлеб ржаной	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	Итого	906	33,16	36,4	115,21	923,5	
	Фрукты (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТК
Уплотненный полдник	Чай с молоком и сахаром	150	1,32	0,1	8,6	48	ТК
	Кондитерские изделия (печенье)	35	2,70	4,10	13,00	102,50	ТК
	Итого	305	4,5	4,68	33,36	206,9	
Итого за 1 день		1756	51,16	51,56	203,38	1495,1	

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (отурец свежий)	100	1,10	0,20	3,80	12,00
ТК	Гратен из пшена	120	21,32	13,53	8,95	245,40
205-17	Макароньы отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-17	Сок натуральный (яблочный)	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	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	Итого	640	33,42	21,82	93,65	694,50
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		146,3	117,27	467,59	3401,53
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		29,26	23,45	93,52	680,31
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		271,5	236,28	938,38	6809,04
	СРЕДНЯЯ		27,15	23,63	93,84	680,90
Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих помидор)	100	0,75	6,02	2,35	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	0,75	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)	120	19,39	13,29	5,19	256,8
204-04	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	3,50	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,4	18	84
	Итого	940	35,04	34,93	95,45	911,78
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		174,5	166,38	596,43	4764,22
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		34,89	33,28	119,29	952,24
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		337,5	326,16	1320,1	9541,80
	СРЕДНЯЯ		33,75	32,62	132,01	954,18

12

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



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106,00
ТК	Нарезка куриные	100	7,30	7,60	31,82	233,83
205-17	Макаронные отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00
406-17	Широжок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,40
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	885	32,45	29,25	141,72	928,91
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
742-04	Кулешбеля с капустой	150	9,05	8,75	46,85	324,29
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60
	Итого	350	12,21	11,45	62,80	424,89

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40
ТК	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,80
389-07. ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	25	1,10	0,79	6,75	64,50
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	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	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	945	36,66	30,10	138,50	971,52
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Полдник						
ТК	Булочка с сыром	100	19,83	27,33	69,33	305,00
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	400	20,30	27,75	99,13	394,00

		Среда					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00	
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230,00	
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80	
ТК	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89	
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	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	50	3,00	0,50	22,50	105,00	
	Итого	935	33,80	34,73	133,78	996,19	
Среда							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Полдник						
410-17	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269,33	
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (ряженка)	250	7,25	6,25	10,00	125,00	
	Итого	350	19,55	13,56	48,90	394,33	

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
015-17	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	900	41,53	52,53	95,64	952,90
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	1,99	10,41	33,17	274,00
ТК	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	400	13,39	10,81	63,17	405,80

14

		Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00	
138-04	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00	
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	
	Итого	867	18,62	13,17	214,03	928,06	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		163,05	159,78	723,67	4777,58	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		32,61	31,96	144,73	955,52	
Пятница							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Полдник						
743-04	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250,00	
350-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клюбника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	117,00	
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	Итого	400	16,10	35,62	39,81	414,00	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		81,55	99,19	313,81	2033,02	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		16,31	19,84	62,76	406,60	

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	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	Макаронны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	815	32,31	39,00	132,03	985,72
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00
382-17	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	380	8,45	10,89	60,62	397,00

		Вторник							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Обед								
ТК	Овощи по сезону (огурец свежий)	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	Плов из говядины	200	21,6	21,2	37,73	350			
350-17, ТК	Кисель из свежих плодов (клюбника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117			
ТК	Кондитерское изделие (ирис в пром.упак.)	30	1,6	1,8	8,54	126			
ТК	Фрукты свежие (слива)	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			
Вторник									
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Полдник								
406-17	Пирожок печеный с картофелем	150	9,05	11,4	55,35	360,00			
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00			
	Итого	350	9,12	11,42	75,35	400,00			

		Среда							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Обед								
ТК	Салат по-сезону (салат из капусты белокочанной капусты)	100	0,75	6,02	2,35	59,60			
147-04	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121,00			
	<i>Финансирование, тушенное в сметанном соусе</i>								
IK	(100/20)	120	13,90	9,40	4,60	200,29			
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	5,75	5,33	37,07	248,40			
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00			
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00			
ТК	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00			
	Итого	1030	29,92	27,82	125,02	936,69			
Среда									
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
	Полдник								
ТК	Коглета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88			
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32			
ТК	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00			
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упак.)	15	0,98	4,20	9,30	56,00			
	Итого	395	14,27	15,01	70,45	404,20			

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
015-07	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	16,20	9,30	0,90	176,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	15,89	18,01	30,88	406,39
ТК	Сок фруктовый	189	0,90	0,00	18,18	75,00
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	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	40	2,40	0,40	18,00	84,00
	Итого	870	43,93	35,01	102,76	979,89
Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Полдник						
406-17	Пирожок печеный с печеню	100	15,57	10,72	29,97	280,00
342-17, ТК	Компот из свежих плодов (Черная смородина)	200	0,16	0,16	27,81	105,00
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00
	Итого	400	16,13	11,28	67,58	423,00

22

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Пятница						
	Обеда					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих помидор)	100	0,75	6,02	2,35	77,7
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	0,75	5,2	5,2	106
ТК	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)	120	19,39	13,29	5,19	256,8
54-11г-20	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	3,50	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,4	18	84
	Итого	940	35,04	34,93	95,45	911,78
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		174,45	166,38	596,43	4764,22
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		34,89	33,28	119,29	952,84
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		337,50	326,16	1320,09	9541,80
	СРЕДНЯЯ		33,75	32,62	132,01	954,18

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Пятница						
	Полдник					
440-17	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	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	11,01	68,13	409,50
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		141,98	158,80	655,94	4066,72
	СРЕДНЯЯ ЗА 10 ДНЕЙ		14,20	15,88	65,59	406,67

		Понедельник				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)	60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,16	4,16	84,8
ТК	Нареzсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,22	188,4
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
406-17	Фрукты свежие (апельсин)	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	880	20,29	20,17	121,60	799,63
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
742-04	Кулeбьяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86
ТК	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	400	9,59	8,93	56,98	350,46

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Овоши по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,2
ТК	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4
ТК	Рыбное с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упаковке)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
	Итого					
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
ТК	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	20,00	42,00
	Итого	300	13,15	6,08	58,68	342,00

		Четверг					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)	60	0,58	3,65	2,19	42,42	
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	
ГК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	
ТК	Фрукты свежие (слива)	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	820	30,77	38,37	84,44	784,99	
Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	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	Сок фруктовый	200	1	0,00	20,20	84,80	
	Итого	300	12,99	10,41	53,37	358,8	

		Пятница					
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Обед						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72	
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)	200	1,68	2,24	15,28	114,4	
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15	
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42	
ТК	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	
	Итого	735	18,1	16,15	161,95	816,15	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		135,3	13,5,69	591,86	4106,77	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		27,07	27,14	118,37	821,35	
Пятница							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
	Полдник						
	Пирожок печеный с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240,00	
	Компот из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,16	0,16	27,81	105,00	
	Итого	300	6,19	7,76	64,71	345,00	
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		62,84	59,40	289,18	1765,59	
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		12,57	11,88	57,84	353,12	

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота
 Неделя: 1
 Возрастная категория: Дети 7-11 лет, ОБЗ и дети инвалиды

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Овоши по сезону (перед сладкий)	70	0,91	0,07	3,71	18,9	ТК
	Шницель из говядины	100	15	22	13,02	278,67	451-04
	Картофель по-деревенски	130	3,09	5,83	23,71	160	ТК
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15,0	71,7	ТК
Обед	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,2	0,2	9,0	42	ТК
	Итого	560	22,37	28,72	74,44	611,27	
	Салат «Светафор»	60	0,55	2,69	1,97	34	ТК
	Суп картофельный с горохом	200	6,2	5,6	22,3	167	ТК
	Паста сливочная с курицей	220	24,41	25,84	42,82	489	ТК
Полдник	Сок фруктовый (инд.уп)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	Хлеб пшеничный	45	3,15	0,9	22,5	107,7	ТК
	Хлеб ржаной	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	Итого	753	36,99	35,31	122,39	941,3	
	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТК
Итого за 1 день	Молоко (инд.упак)	200	5,8	5,0	9,6	107	ТК
	Кондитерские изделия (печенье)	35	2,8	3,6	14,4	92,5	ТК
	Итого	355	9,08	9,08	35,76	255,9	
Итого за 1 день		1668	68,44	73,11	232,59	1808,47	

№ рецептуры	Понедельник Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Пищевые вещества (г)			
	Обед					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	60	0,66	0,12	2,28	7,2
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4
268-17	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67
54-11Г-20	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	136,78
389-0/, 1К	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	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	890	28,41	32,69	118,43	845,35
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Пищевые вещества (г)			
	Полдник					
471-03	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00
382-17	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Итого	300	10,18	12,30	44,60	350,00

		Вторник							
№ рецептуры	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				
		Обед							
93-18	Овоши по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25			
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,5	5	56,60			
350-17, ТК	Плов из говядины	150	16,2	15,9	28,3	262,50			
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117,00			
ТК	Кондитерское изделие (вафли)	15	2,1	2,7	10,8	122,40			
ТК	Фрукты свежие (слива)	100	0,4	0,4	9,8	47,00			
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,50			
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63,00			
	Итого	805	26,22	24	120,48	814,25			
		Вторник							
№ рецептуры	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	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			
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40,00			
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упаковке)	15	0,98	4,20	9,30	91,00			
	Итого	315	13,04	14,63	62,47	364,88			

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
ТК	Фиге птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,10	219,50
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	4,79	4,44	30,89	243,75
ТК	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,00	42,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63
	Итого	785	27,42	15,51	95,17	797,75
Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Полдник					
743-04	Расстегай с мясом (говядина)	100	15,57	10,72	29,97	266,97
389-07, ТК	Сок натуральный	200	0,90	0,00	18,18	84,80
	Итого	300	16,47	10,72	48,15	351,77

55

Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Обед							
015-07	Сыр порционно (Российский)	25	5,80	7,38	0,00	90,00	
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	10,80	6,20	0,60	124,00	
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	12,44	14,71	24,11	322,95	
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	
ТК	Фрукты свежие (нектарин)	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	843,05	
Четверг							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
Полдник							
406-17	Пирожок печеный с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280,00	
342-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)	200	0,13	24,50	0,04	77,00	
	Итого	300	15,70	35,22	30,01	357,00	

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота
 Неделя: 2
 Возрастная категория: Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Суббота
 2
 Дети 7-11 лет, ОВЗ и дети инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Салат из моркови с сухофруктами	60	0,82	2,68	6,94	55	362-04
	Пудинг из творога со сметаной	160	11,66	13,79	19,79	302,77	ТК
	Чай сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	ТК
	Итого	470	15,85	16,75	60,73	511,47	
	Салат из огурцов и помидоров	60	1,15	0,9	3,8	56	ТК
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,64	10,4	96,8	ТК
	Жаркое по-домашнему	240	20,6	23,72	23,25	389	ТК
	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)	200	0,18	0,14	23,94	117	350-17,ТК
Обед	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	38	ТК
	Хлеб пшеничный	28	1,96	0,18	14	66,9	ТКА
	Хлеб ржаной-пшеничный	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	Итого	856	28,38	30,06	96,09	822,5	
	Фрукты свежие (банан)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ТК
Полдник	Рулет фруктовый (покупной)	35	-	-	-	-	
	Сок фруктовый (инд.упак.)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	Итого	385	1,6	1,6	34,9	115,3	
Итого за 1 день		1711	45,83	48,41	191,72	1449,27	