

«Разработано»

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

«Утверждено»
Директор ООО «Виктория-96»



И.Е. Дьяченко

«Согласовано»

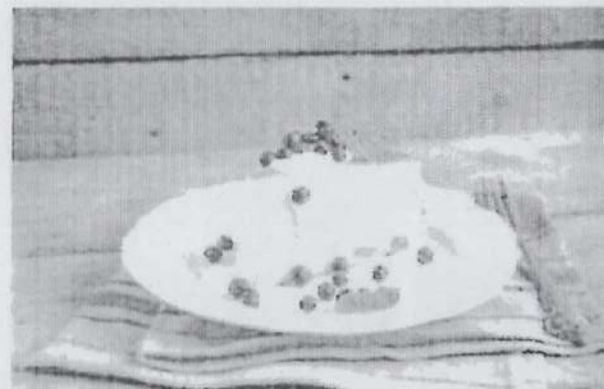
Директор МАОУ гимназии №33

И.Ф. Долголенко

Основное [организованное] МЕНЮ

для организации питания обучающихся детей 12-18 лет (завтраки)
муниципальных общеобразовательных
организациях 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	
<i>День 1. Завтрак</i>						
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
	<i>Итого</i>	<i>565</i>	<i>26,05</i>	<i>39,08</i>	<i>46,20</i>	<i>665,46</i>
<i>День 2. Завтрак</i>						
71-17	Огурец свежий в нарезке	100	0,80	0,10	1,90	12,00
ТК	Гречка "По-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
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>32,93</i>	<i>14,90</i>	<i>167,05</i>	<i>680,00</i>
	<i>День 3. Завтрак</i>					
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
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>31,30</i>	<i>21,92</i>	<i>93,78</i>	<i>673,84</i>
	<i>День 4. Завтрак</i>					
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 рассыпчатая 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
	<i>Итого</i>	<i>580</i>	<i>28,10</i>	<i>35,50</i>	<i>96,77</i>	<i>651,40</i>

Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
	<i>Итого</i>	<i>590</i>	<i>14,21</i>	<i>20,81</i>	<i>88,78</i>	<i>679,97</i>
	<i>День 8. Завтрак</i>					
14-17	Масло (порциями)	20	0,20	14,40	0,20	132,00
223-17	Запеканка из творога со сгущённой	200	25,88	10,10	55,50	348,00
686-04	Чай с лимоном	200	0,20	0,00	13,60	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
	<i>Итого</i>	<i>560</i>	<i>29,48</i>	<i>25,30</i>	<i>97,74</i>	<i>672,20</i>
	<i>День 9. Завтрак</i>					
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	22,00
347-18	Котлета "Школьная"	100	14,40	18,00	12,70	242,00
693-04	Макароны отварные с маслом	150	5,25	6,08	35,25	221,00
693-04	Какао с молоком	180	3,42	3,51	23,22	133,20
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>560</i>	<i>26,27</i>	<i>28,09</i>	<i>87,37</i>	<i>679,00</i>

	<i>День 10. Завтрак</i>					
15-17	Сыр (порциями)	20	4,64	5,92	0,00	72,80
340-04	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	17,05	31,20	4,37	396,66
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,70	15,95	100,60
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
	<i>Итого</i>	550	27,36	40,52	42,52	677,86
	<i>День 11. Завтрак</i>					
43-04	Салат из белокочанной капусты	100	1,40	5,10	8,90	88,00
492-04	Плов из птицы	200	16,20	15,80	38,80	358,00
389-17	Сок натуральный	180	0,18	0,00	28,98	82,80
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
	<i>Итого</i>	610	20,28	21,60	98,88	636,60
	<i>День 12. Завтрак</i>					
101-04	Икра кабачковая(промышленного произ-ва)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
377-04	Филе рыбы жареное	100	6,80	4,70	10,40	152,00
520-04	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,20	6,80	26,10	217,80
350-17	Кисель из плодов свежих или ягод св/мороженных	180	0,21	0,11	32,18	130,37

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
		590	14,21	20,81	88,78	679,97
	<i>Итого за весь период 12 дней:</i>		295,63	311,91	1087,74	8020,59
	<i>Среднее значение за период:</i>		24,64	25,99	90,65	668,38

Директор



Л.Е.Дьяченко

Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых наборов пищевых продуктов (завтраков 25%) для учащихся 12 лет и старше, в МАОУ СОШ № 41, 55, 14, 53, МАОУ гимназия № 33,54 (Приложения СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование продуктов	Рекомендуемая норма на одного обучающегося в день (гр.)	Фактическое выполнение (гр.)
Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	30	30
Хлеб пшеничный	50	50
Мука пшеничная	5	5
Крупа, бобовые	12,5	12,5
Макаронные изделия	5	5
Картофель (очищенный)	46,75	46,75
Овощи(свежие, мороженые консервированные), включая солёные и квашеные(не более10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень ,г	80	80
Фрукты свежие	46,25	46,25
Сухофрукты	5	5
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	50	50
Мясо I-категории	19,5	19,5
Птица(цыплята -бройлеры потрошёные I- категории)	13,25	13,25
Субпродукты(печень,язык,сердце)	10	10
Рыба(филе),в т.ч.филе слабо или малосолёное	15,4	15,4
Молоко	87,5	87,5
Кисломолочная пищевая продукция	45	45
Творог (5%- 9 % м.д.ж.)	15	15
Сыр	3,75	3,75
Сметана	2,5	2,5
Масло сливочное	8,75	8,75
Масло растительное	4,5	4,5
Яйцо	10	10
Сахар	8,75	8,75
Кондитерские изделия	3,75	3,75
Чай	0,5	0,5
Какао-порошок	0,3	0,3
Кофейный напиток	0,5	0,5
Дрожжи хлебопекарные	0,075	0,075
Соль пищевая поваренная йодированная	1,25	1,25

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 ПШТУ 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, рецептур блюд и кулинарных изделий/Под ред. А.Я. Перевалова, Н.В. Талешкиной ,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