

«РАЗРАБОТАНО»

ООО «Виктория-96»



Л.Е. Дьяченко

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МАОУ гимназии № 33

И.Ф. Долголенко

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:

ООО "Виктория-96"

Старшие 2022год ОВЗ 1 смена-завтрак и обед

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<i>День 1. Завтрак</i>					
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
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>23,22</i>	<i>11,30</i>	<i>72,32</i>	<i>580,10</i>
	<i>День 1. Обед</i>					
71-17	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/мороженных	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
	<i>Итого</i>	<i>865</i>	<i>35,70</i>	<i>42,62</i>	<i>134,95</i>	<i>951,30</i>

<i>День 2. Завтрак</i>						
71-17	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	1,90	12,00
TK	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
	<i>Итого</i>	<i>580</i>	<i>18,20</i>	<i>8,55</i>	<i>124,03</i>	<i>668,00</i>
<i>День 2. Обед</i>						
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
	<i>Итого</i>	<i>840</i>	<i>38,41</i>	<i>33,98</i>	<i>163,75</i>	<i>899,62</i>
<i>День 3. Завтрак</i>						
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
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>24,45</i>	<i>37,42</i>	<i>43,35</i>	<i>672,40</i>

	<i>День 3. Обед</i>					
58-2016	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,83	1,37	16,83	106,63
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,30	5,30	14,00	108,00
377-04	Рыба запечённая	120	17,82	16,61	10,80	286,87
520-04	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,20	6,80	26,10	217,80
648-04	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	180	0,00	0,00	37,80	140,40
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,00	0,20	5,00	25,60
	<i>Итого</i>	<i>865</i>	<i>27,75</i>	<i>30,48</i>	<i>120,17</i>	<i>932,50</i>
	<i>День 4. Завтрак</i>					
358-04	Сырники из творога	200	27,20	7,20	36,40	421,30
Пром	Сметана 20 % жирности	20	0,50	3,00	0,70	41,00
14-17	Масло сливочное 72,5 % жирн ГОСТ	10	0,10	7,20	0,10	66,00
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	44,00
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>29,96</i>	<i>17,96</i>	<i>69,26</i>	<i>675,50</i>
	<i>День 4. Обед</i>					
101-04	Икра кабачковая(промышленного произ-ва)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
140-04	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,20	2,50	21,10	121,00
456-04,393-94	Зразы из говядины	100	16,60	16,30	19,48	265,00
508-04	Каша рассыпчатая ячневая	180	3,78	5,22	38,08	277,20

389-17	Сок натуральный	180	0,20	0,00	28,98	82,80
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>840</i>	<i>27,78</i>	<i>33,22</i>	<i>127,74</i>	<i>925,80</i>
	<i>День 5. Завтрак</i>					
71-17	Огурцы свежие в нарезке	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
	<i>Итого</i>	<i>580</i>	<i>18,20</i>	<i>8,55</i>	<i>124,03</i>	<i>668,00</i>
	<i>День 5. Обед</i>					
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,25	167,00
450-04	Шницель натуральный рубленый	100	17,50	24,90	19,00	231,00
516-04	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,30	7,38	45,30	293,40
648-04	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстракт	180	0,00	0,00	37,80	140,40
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>33,20</i>	<i>38,38</i>	<i>140,55</i>	<i>916,60</i>
	<i>День 6. Завтрак</i>					
358-04	Сырники из творога	200	27,20	7,20	36,40	366,00
Пром	Сметана 20 % жирности	20	0,50	3,00	0,70	32,00
14-17	Масло сливочное 72,5 % жирн ГОСТ	10	0,10	7,20	0,10	132,00

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
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>29,96</i>	<i>17,96</i>	<i>69,26</i>	<i>675,50</i>
<i>День 6. Обед</i>						
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
	<i>Итого</i>	<i>830</i>	<i>28,25</i>	<i>16,30</i>	<i>126,26</i>	<i>881,79</i>
<i>День 7. Завтрак</i>						
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
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>21,50</i>	<i>22,32</i>	<i>99,52</i>	<i>650,09</i>
<i>День 7. Обед</i>						

71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
111-04	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00
427-04	Ромштекс (говядина 1-категории)	100	14,20	24,90	19,00	231,00
516-04	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,30	7,38	45,30	293,40
350-17	Кисель из плодов свежих или ягод св/мороженных	180	0,11	0,00	32,18	130,57
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>840</i>	<i>27,71</i>	<i>37,08</i>	<i>128,68</i>	<i>857,77</i>
	<i>День 8. Завтрак</i>					
223-17	Запеканка из творога	200	25,20	8,40	28,40	336,00
Пром	Сгущённое молоко 8,5 % жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,60
14-17	Масло сливочное 72,5 % жирн ГОСТ в нарезке	10	0,10	7,20	0,10	66,00
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
	<i>Итого</i>	<i>560</i>	<i>32,41</i>	<i>20,70</i>	<i>77,75</i>	<i>676,00</i>
	<i>День 8. Обед</i>					
101-04	Икра кабачковая (промышленного произ-ва)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
132-04	Рассольник ленинградский	250	2,40	3,60	16,10	135,00
ПК	Нагетсы куриные	120	7,30	7,60	75,72	335,00
520-04	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,20	6,80	26,10	217,80
389-17	Сок натуральный	180	0,20	0,00	28,98	82,80
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>860</i>	<i>17,10</i>	<i>27,20</i>	<i>167,00</i>	<i>950,40</i>

	<i>День 9. Завтрак</i>					
71-17	Огурец свежий в нарезке	100	0,80	0,10	1,90	12,00
450-04	Шницель натуральный рубленый	100	14,40	18,00	8,00	242,00
508-04	Каша рассыпчатая пшeнная с маслом	150	6,60	10,35	37,90	230,00
686-04	Чай с лимоном	200	0,20	0,00	13,60	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
	<i>Итого</i>	<i>580</i>	<i>24,10</i>	<i>28,75</i>	<i>73,80</i>	<i>600,80</i>
	<i>День 9. Обед</i>					
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,25	167,00
431-04	<i>Печень по-строгановски</i>	125	15,44	15,11	4,33	216,67
522-04	Картофель жареный (из сырого)	180	6,30	11,11	45,90	280,20
631-04	Компот из плодов свежих или ягод св/мороженных	180	0,90	0,18	22,35	92,61
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	105,50
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,20	0,20	9,00	42,00
Пром	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<i>Итого</i>	<i>905</i>	<i>33,84</i>	<i>33,00</i>	<i>135,73</i>	<i>950,98</i>
	<i>День 10. Завтрак</i>					
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
310-16	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	79,73	368,00
96-04	Масло сливочное 72,5% ГОСТ (порциями)	20	0,20	14,40	0,20	132,00

648-04	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	37,80	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>550</i>	<i>14,60</i>	<i>35,50</i>	<i>133,93</i>	<i>679,80</i>
	<i>День 10. Обед</i>					
58-2016	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,83	1,37	16,83	106,63
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	2,30	5,30	14,00	108,00
411-94	Бифштекс рубленный (говядина)	100	13,60	33,40	29,40	231,00
508-04	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,40	6,12	49,50	248,00
348-17	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,70	0,05	42,53	100,00
Пром	Хлеб пшеничный	40	1,10	0,10	7,40	94,00
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,00	0,20	5,00	60,00
	<i>Итого</i>	<i>895</i>	<i>25,93</i>	<i>46,54</i>	<i>164,66</i>	<i>947,63</i>
	<i>День 11. Завтрак</i>					
340-04	Омлет натуральный с маслом сливочным	200	18,58	19,62	5,00	332,00
15-17	Сыр твердый порциями (45%-50% жирности)	20	0,10	7,20	0,10	66,00
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,70	15,95	100,60
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	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<i>Итого</i>	<i>560</i>	<i>25,05</i>	<i>30,32</i>	<i>49,49</i>	<i>634,80</i>

	<i>День 11. Обед</i>					
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	24,00
138-04	Суп картофельный с крупой	250	2,50	3,00	18,30	113,00
377-04	Рыба запечённая	100	17,82	16,61	10,80	235,97
520-04	Пюре картофельное с маслом сливочным	180	3,20	6,80	26,10	217,80
348-17	Компот из плодов или ягод сушеных(сухофруктов)	180	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
	<i>Итого</i>	<i>840</i>	<i>27,42</i>	<i>26,96</i>	<i>113,93</i>	<i>828,31</i>
	<i>День 12. Завтрак</i>					
362-04	Пудинг из творога	200	20,02	7,60	36,40	389,00
Пром	Сгущённое молоко 8,5 % жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,60
378-17, 684-04	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,70	91,00
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	9,80	47,00
	<i>Итого</i>	<i>550</i>	<i>25,36</i>	<i>11,60</i>	<i>87,40</i>	<i>653,40</i>
	<i>День 12. Обед</i>					
43-04	Салат из белокочанной капусты	100	1,40	5,10	8,90	88,00
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,25	167,00

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>	800	25,60	25,78	134,21	905,90
	<i>Итого за весь период 12 дней:</i>		635,70	642,47	2681,77	18782,99
	<i>Среднее значение за период:</i>		52,93	53,53	223,29	1665,25

Директор



Л.Е.Дьяченко

Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых наборов пищевых продуктов (завтраков 25% + обед 35% = 60%) для учащихся ОВЗ 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. instantные	120	120
Мясо 1-категории	46,8	46,8
Птица (выплетка -бройлеры потрошёные 1-категории)	31,8	31,8
Субпродукты(печень, язык, сердце)	24	24
Рыба(филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	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 рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных учреждениях ; под общей редакцией В.Т. Лапшиной 2004 года-639 с.
- 2)Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания В.А. Тутельян, Скуряхин 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 ВНО 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. Галешкиной ,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