

«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 1-4 классы  
1 смена город Краснодар:

**ООО " Виктория-96"**  
**ОСЕНЬ-ЗИМА 2022-2023 ЗАВТРАК**

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			70-17	Огурец солёный в нарезке ( промышлен.произ-ва)	80	
451-04	Шницель говяжий ( говядина 1-й категории)	90	14,31	12,96	14,40	274,61
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10,00	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>21,75</b>	<b>19,45</b>	<b>71,80</b>	<b>587,40</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			015-17	Сыр порционно (45%-50 % жирности)	20	
362-04	Пудинг из творога со сметаной	140/10	11,66	13,79	22,60	273,00
386-17	Кефир 2,5 % жирности ( тетрапак)	180	5,22	4,50	7,20	90,00
399-16	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>25,22</b>	<b>25,39</b>	<b>63,60</b>	<b>587,50</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей( морковь, помидор, перец сладкий)	90	1,17	0,09	6,21	32,90
492-04	Плов из птицы,говядины	150	20,40	5,93	26,03	239,30
355-17	Кисель из сушёных сухофруктов	200	0,89	0,06	32,75	154,60
403-16	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>26,16</b>	<b>7,28</b>	<b>98,79</b>	<b>587,50</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
15-017	Сыр порционно (45-50 % жирности)	20	4,64	5,9	0	72
173-17	Каша вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным	200	8,23	10,53	42,20	263,20
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,78	15,95	100,60
393-16	Апельсин	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>19,74</b>	<b>20,41</b>	<b>91,95</b>	<b>587,50</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей( морковь, огурец, перец сладкий)	90	1,10	0,20	3,80	39,38
ТК	Филе минтая запечённое с маслом сливочным	90/5	14,58	13,59	3,96	209,41
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>575</b>	<b>23,29</b>	<b>20,14</b>	<b>71,06</b>	<b>587,50</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>116,16</b>	<b>92,67</b>	<b>397,19</b>	<b>2937,40</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>23,23</b>	<b>18,53</b>	<b>79,44</b>	<b>587,48</b>

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
71-17	Помидор свежий в нарезке	100	1,10	0,20	3,80	22,00
210-2003	Рагу из птицы	50/100	13,40	7,36	15,30	169,70
693-04	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие	25	3,50	4,50	18,00	175,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>24,97</b>	<b>16,05</b>	<b>76,92</b>	<b>587,40</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			234-17	Котлета рыбная	100	
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
403-16	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>22,40</b>	<b>22,75</b>	<b>87,63</b>	<b>587,50</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			71-17	Помидор свежий в нарезке	100	
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	140/10	13,94	24,83	2,64	312,80
386-17, ТК	Кисломолочный продукт 2,5 % жирности ( плёнка)	180	5,22	4,50	7,20	90,00
393-16	Апельсин	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>23,96</b>	<b>30,73</b>	<b>47,44</b>	<b>587,50</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			71-17	Огурец свежий в нарезке	80	
431-04	Печень по-строгановски (печень говяжья)	55/35	13,60	13,60	3,90	191,28
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>23,85</b>	<b>20,55</b>	<b>77,64</b>	<b>587,30</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
			49-2016	Салат зелёный с помидорами и растительным маслом	70	
347-18	Котлеты "Школьные" с маслом сливочным говядина I-категории)	90/5	12,80	10,70	9,87	204,30
ТК	Каша рассыпчатая пшеничная с овощами	150	6,00	1,05	42,00	187,50
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,13	0,00	10,20	40,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70

ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>22,79</b>	<b>12,62</b>	<b>87,82</b>	<b>587,50</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>117,97</b>	<b>102,70</b>	<b>377,45</b>	<b>2937,20</b>
	<b>СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>23,59</b>	<b>20,54</b>	<b>75,49</b>	<b>587,44</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>234,13</b>	<b>195,37</b>	<b>774,64</b>	<b>5874,60</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>23,41</b>	<b>19,54</b>	<b>77,46</b>	<b>587,46</b>

Директор ООО "Виктория-96"



Дьяченко Л.Е.

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей( морковь, огурец, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,60
ТК	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	216,23
512-04	Рис припущенный	150	4,03	7,98	32,85	211,50
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
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
	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>22,57</b>	<b>21,22</b>	<b>138,33</b>	<b>822,50</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
49-2016	Салат зелёный с помидорами и маслом растительным	60	1,15	0,90	3,80	56,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80
347-18	Котлета "Школьная" ( говядина 1-категории)	100	12,96	23,72	12,70	223,49
302-17	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,79	4,44	30,89	207,00
631-04	Компот из вишни свежемороженой	200	2,18	0,20	15,82	92,61
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>27,28</b>	<b>34,52</b>	<b>100,87</b>	<b>822,50</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
71-17	Помидор свежий в нарезке	60	0,66	0,12	2,28	13,20
135-04	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79,20
468-04	Оладьи из печени ( печень говяжья)	120	21,32	13,53	8,95	221,00



205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Кондитерское изделие	20	2,80	3,60	14,40	106,68
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>790</b>	<b>36,61</b>	<b>27,76</b>	<b>111,25</b>	<b>822,40</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно (45-50 % жирности)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
138-04	Суп картофельный с крупой	200	1,68	2,24	15,28	114,40
ТК	Залепанка из творога с сухофруктами со сгущёнкой	150/5	7,25	6,61	97,67	411,40
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10,00	40,00
403-16	Яблоки свежие	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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>745</b>	<b>18,04</b>	<b>16,17</b>	<b>161,75</b>	<b>822,40</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
45-17	Салат из белокачанной капусты	60	0,58	3,65	2,19	42,62
111-04	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,80	94,40
235-17	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	100/5	13,02	14,51	7,98	225,60
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	138,78
631-04	Компот из свежих плодов и свежемороженой	200	3,17	2,78	15,95	100,50
399-16	Мандарин	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	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>865</b>	<b>28,79</b>	<b>31,28</b>	<b>107,02</b>	<b>822,40</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>133,29</b>	<b>130,95</b>	<b>619,22</b>	<b>4112,20</b>

	СРЕДНЯЯ за 5 дней		26,66	26,19	123,84	822,44
--	-------------------	--	-------	-------	--------	--------

Понедельник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей( морковь, огурец, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
109-04	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,50	5,00	56,60
443-04, ТК	Плов из говядины (говядина 1- категории)	50/100	16,20	15,90	28,30	262,50
350-17	Кисель из свежих плодов или свежемороженой	200	0,18	0,14	23,94	117,00
ТК	Кондитерское изделие	15	2,10	2,70	10,80	130,65
393-16	Апельсин	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	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>805</b>	<b>26,22</b>	<b>24,00</b>	<b>120,48</b>	<b>822,50</b>

Вторник						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
108-17	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,40
268-17	Шницель говяжий ( говядина 1-категории)	100	15,00	22,00	13,02	256,10
518-04	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50
ТК	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10,00	40,00
403-16	Яблоки свежие	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	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>840</b>	<b>26,62</b>	<b>35,04</b>	<b>110,00</b>	<b>822,50</b>

Среда						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
48-2016	Салат зелёный с огурцом и растительным маслом	60	0,66	3,66	2,74	62,00
147-04	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	96,80
ТК	Филе трески запеченное с маслом	90/5	14,58	13,59	3,96	266,10
54-11г-20	Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	138,78
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>795</b>	<b>26,55</b>	<b>27,81</b>	<b>93,58</b>	<b>822,50</b>

Четверг						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно (45-50 % жирности)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	10,80	6,20	0,60	124,00
362-04	Пудинг из творога со сметаной	155/5	12,44	14,71	24,11	302,40
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,78	15,95	100,50
399-16	Мандарин	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>37,21</b>	<b>32,57</b>	<b>83,96</b>	<b>822,50</b>

Пятница						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал
			(г)			
			Б	Ж	У	
ТК	Ассорти из свежих овощей ( морковь, огурец, перец сладкий)	60	0,78	0,06	4,14	26,25
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80
493-04	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	70/25	14,69	5,57	3,10	222,53
302-17	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,79	4,44	30,89	207,00
389-17, ТК	Сок натуральный или напиток витаминизированный	180	0,90	0,00	18,18	76,32
393-16	Апельсин	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>855</b>	<b>27,76</b>	<b>15,73</b>	<b>103,77</b>	<b>822,50</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>144,36</b>	<b>135,15</b>	<b>511,79</b>	<b>4112,50</b>
	<b>СРЕДНЯЯ за 5 дней</b>		<b>28,87</b>	<b>27,03</b>	<b>102,36</b>	<b>822,50</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>		<b>277,65</b>	<b>266,10</b>	<b>1131,01</b>	<b>8224,70</b>
	<b>СРЕДНЯЯ</b>		<b>27,77</b>	<b>26,61</b>	<b>113,10</b>	<b>822,47</b>

Директор ООО "Виктория-96"



Дьяченко Л.Е.

Выполнение натуральных норм питания согласно рекомендуемых наборов пищевых продуктов (завтрак 25% + обед 35% + ужин 40%) для учащихся ОВЗ 7-11 лет ;  
(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	48	48
Хлеб пшеничный	90	90
Мука пшеничная	9	9
Крупа, бобовые	27	27
Макаронные изделия	9	9
Картофель (очищенный)	112,2	112,2
Овощи (свежие, мороженые консервированные), включая соевые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	168	168
Фрукты свежие	111	111
Сухофрукты	9	9
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	120	120
Мясо I-категории	42	42
Птица (цыплята -бройлера категории I-категории)	21	21
Субпродукты (печень, язык, сердце)	9	9
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	34,80	34,80
Молоко	180	180
Кисломолочная пищевая продукция	90	90
Творог ( 5%- 9 % м.д.ж. )	30	30
Сыр	6	6
Сметана	6	6
Масло сливочное	18	18
Масло растительное	9	9
Яйцо	24	24
Сахар	18	18
Кондитерские изделия	6	6
Чай	0,6	0,6
Какао-порошок	0,6	0,6
Кофейный напиток	1,2	1,2
Дрожжи хлебопекарные	0,12	0,12
Соль пищевая поваренная йодированная	1,8	1,8



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, Скурихин И.М.ООО «Делта принт » , 2008 года. - 276с
- 3) «Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред.Делта плюс, 2017г, ГОУ ВПО 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. Гапешкиной ,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**