



Утверждено
Директор _____

М.С. Шевченко
М.С. Шевченко

«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации

Рогошина Н.В.
№54

Основное (организованное) МЕНЮ

Для организации питания обучающихся детей, ОВЗ и детей инвалидов 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования

Краснодар
2023



«РАЗРАБОТАНО»
Муниципальное унитарное предприятие
«Комбинат школьного питания №1»
Муниципальное образование город Краснодар
Генеральный директор *А.Н. Худобин* А.Н. Худобин



«СОГЛАСОВАНО»
Директор общеобразовательной
организации

« »

Основное (организованное) меню

для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

Краснодар
2022



Горячие завтраки для обучающихся 7 - 11 лет



Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)	200	8,23	298,00	42,20	298,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	47,00	9,80	47,00
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,10	71,70	15,00	71,70
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	42,00	9,00	42,00
	Итого	550	15	14,51	91,95	559

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (перец сладкий)	70	0,56	0,07	1,75	18,90
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69
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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	23,30	20,82	73,07	601,96

Среда			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	
Завтрак						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
ТК	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	500	25,22	25,39	63,6	616,2

Четверг			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	90	1,17	0,09	6,21	39,38
310-16	Вок "Курица с рисом овощами"	150	8,4	15,45	28,05	215
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)	200	0,89	0,06	32,75	154,6
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	590	14,16	16,8	100,81	569,68

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	100	1,1	0,2	3,8	22
ТК	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,22	148,69
ТК	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	ИТОГО	585	23,29	20,14	71,06	586,31
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		101,1	97,66	400,49	2933,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		20,21	19,53	80,10	586,69

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	100	1,1	0,2	3,8	43,75
210	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	580	23,96	30,73	47,44	584,11

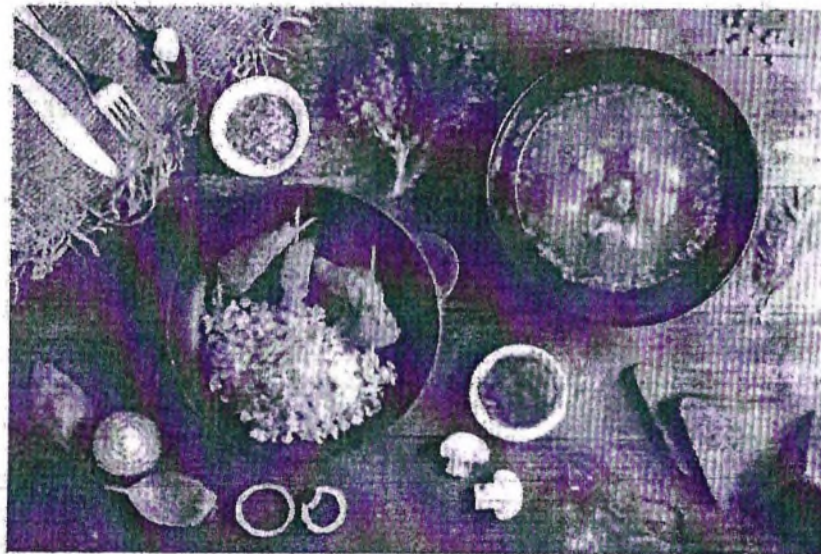
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Салат по-сезону (помидор соленый)	100	1,10	0,20	3,80	20,00
210-03, ТК	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	169,70
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ТК	Кондитерское изделие (пряник)	25	3,50	4,50	18,00	176,00
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
	Итого	505	24,97	16,05	76,92	586,40

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	150	3,00	7,65	23,85	181,50
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Фрукты свежие (груша)	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
	Итого	580	22,40	22,75	87,63	582,52

Четверг						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
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)	150	6,00	1,05	42,00	187,5
ТК	Чай с сахаром	200	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
	Итого	565	24,73	13,65	90,98	597,40

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)	80	0,88	0,16	3,04	9,60
ТК	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
389-17	Сок натуральный	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
	Итого	550	26,24	17,10	80,45	594,02
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		122,30	100,28	383,42	2944,45
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		24,46	20,06	76,68	588,89
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		223,37	197,94	783,91	5877,90
	СРЕДНЯЯ		22,34	19,79	78,39	587,79

Горячие завтраки и обеды для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (I смена)



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	Нагетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83
205-17	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4
ТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40
ТК	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

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Овощи 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	Ризотто с овощами	150	4,03	7,98	32,85	211,5
389-07, ТК	Сок натуральный (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	810	35,57	29,75	117,6	858,2

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

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 овощей)	60	1,15	0,9	3,8	56
110-04	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,8
ТК	Рыба (минтай), запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	225,6
204-04	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,4	26,1	181,25
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,4	9,8	47
ТК	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,3	13,5	63
	Итого	875	25,97	28,99	92,21	805,47
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		23484,05	133,76	510,25	4105,87
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		4696,81	26,75	102,05	821,17
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		23619,39	269,45	1102,11	8212,64
	СРЕДНЯЯ		2361,94	26,94	110,21	821,26

Горячие обеды для детей с 1 по 4 класс



Понедельник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Завтрак
173-17, 174-17, 175-17	Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным (пшеничная) (190/10)
ТК	Кофейный напиток
ТК	Фрукты свежие (яблоко)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Понедельник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)
110-04	Борщ с капустой и картофелем
ТК	Нагетсы куриные
205-17	Макароны отварные с овощами
ТК	Чай с сахаром
406-17	Фрукты свежие (апельсин)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
200	8,23	10,53	42,20	298,00
200	3,17	2,78	15,95	100,60
100	0,40	0,40	9,80	47,00
30	2,10	0,60	15,00	71,70
20	1,20	0,20	9,00	42,00
550	15	15	92	559

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	1,15	0,90	3,80	56,00
200	1,6	4,16	4,16	84,8
100	7,3	7,6	31,82	233,83
150	5,17	5,99	28,52	188,4
200	0,07	0,02	10	40
100	0,4	0,4	9,8	38
40	2,8	0,8	20	95,6
30	1,8	0,3	13,5	63
880	20,29	20,17	121,60	799,63

Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (перец сладкий)	70	0,56	0,07	1,75	18,90
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11г-20, ТК	Норь картофельное	100	3,41	5,55	21,12	148,69
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	20	1,20	0,20	9,00	42,00
	Итого	580	23	21	73	602
Вторник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Овощи 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	Ризотто 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. упак.)	20	2,8	3,6	14,4	92,5
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
	Итого	810	35,57	29,75	117,6	858,2

Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
015-17	Сыр порционно (Российский)	20	4,64	5,9	0	72
362-04	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	11,66	13,79	22,6	302,5
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
ТК	Фрукты (мандарин)	100	0,4	0,4	9,8	38
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
Итого		500	25,22	25,39	63,6	616,2
Среда						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)	60	0,66	0,12	2,28	13,2
139-04	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,6
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный с маслом сливочным (100/5)	105	13,02	14,51	7,98	230
518-04	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5
ТК	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63
Итого		775	30,61	31,25	106,27	847,8

Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Завтрак
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)
310-16	Вок "Курица с овощами"
ТК	Кисель из сушеных плодов (курага)
ТК	Фрукты свежие (яблоко)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)
111-04	Борщ сибирский
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)
ТК	Кофейный напиток
ТК	Фрукты свежие (слива)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
90	1,17	0,09	6,21	39,38
150	8,4	15,45	28,05	215
200	0,89	0,06	32,75	154,6
100	0,4	0,4	9,8	47
30	2,1	0,6	15	71,7
20	1,2	0,2	9	42
590	14,16	16,8	100,81	569,68

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,58	3,65	2,19	42,42
200	3,12	3,44	12,8	94,4
180	18,2	26,8	5,2	318,17
200	3,17	2,78	15,95	100,5
100	0,4	0,4	9,8	47
50	3,5	1	25	119,5
30	1,8	0,3	13,5	63
820	30,77	38,37	84,44	784,99

Пятница						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (помидор свежий)	100	1,1	0,2	3,8	22
ТК	Рыба, запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6
54-11г-20, ТК	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,22	148,69
389-17, ТК	Сок фруктовый (яблоко)	180	0,9	0	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
Итого		585	23,29	20,14	71,16	586,31
ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ			101,07	97,66	400,49	2933,45
СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ			20,21	19,53	80,10	586,69
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

Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТК	Овощи по-сезону (морковные палочки)	100	1,1	0,2	3,8	43,75
ТК	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,22	4,5	7,2	90
ТК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТК	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42
Итого		580	23,96	30,73	47,44	584,11
Понедельник						
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
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	138,78
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)	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

Вторник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Завтрак
ТК	Салат по-сезону (помидор соленый)
210-03, ТК	Рагу из филе птицы
ТК	Какао с молоком
ТК	Кондитерское изделие (пряник)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Вторник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты
350-17, ТК	Плов из говядины
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)
ТК	Кондитерское изделие (вафли)
ТК	Фрукты свежие (слива)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	1,10	0,20	3,80	20,00
150	13,40	7,36	15,30	169,70
180	3,67	3,19	15,82	107,00
25	3,50	4,50	18,00	176,00
50	2,10	0,60	15,00	71,70
20	1,20	0,20	9,00	42,00
505,00	24,97	16,05	76,92	586,40

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,78	0,06	4,14	26,25
200	1,26	3,5	5	56,60
150	16,2	15,9	28,3	262,50
200	0,18	0,14	23,94	117,00
15	2,1	2,7	10,8	122,40
100	0,4	0,4	9,8	47,00
50	3,5	1	25	119,50
30	1,8	0,3	13,5	63,00
805	26,22	24	120,48	814,25

Среда	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
Завтрак	
234-17, ТК	Котлета рыбная (минтай)
518-04	Картофель отварной
389-17, ТК	Сок натуральный (яблочный)
ТК	Фрукты свежие (груша)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
Итого	
Среда	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
Обед	
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)
147-04	Суп с макаронными изделиями
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25).
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)
ТК	Чай с сахаром и лимоном
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
Итого	

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	14,80	13,90	11,80	164,00
150	3,00	7,65	23,85	181,50
180	0,90	0,00	18,18	76,32
100	0,40	0,40	9,80	47,00
30	2,10	0,60	15,00	71,70
20	1,20	0,20	9,00	42,00
580	22,40	22,75	87,63	582,52

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,66	0,12	2,28	13,20
200	1,91	4,06	10,40	96,80
95	14,69	5,57	3,10	219,50
150	4,79	4,44	30,89	243,75
200	0,07	0,02	10,00	42,00
50	3,50	1,00	25,00	119,50
30	1,80	0,30	13,50	63
785	27,42	15,51	95,17	797,75

Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Завтрак
ТК	Овощи по сезону (помидор свежий)
347-18	Котлеты "Школьные" (говядина и птица) с маслом сливочным (100/5)
ТК	Каша рассыпчатая с овощами (пшеничная)
ТК	Чай с сахаром
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
015-07	Сыр порционно (Российский)
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)
ТК	Кофейный напиток
ТК	Фрукты свежие (нектарин)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,66	0,12	2,28	13,2
105	14,70	11,66	12,70	243,00
150	6,00	1,05	42,00	187,5
200	0,07	0,02	10,00	40,00
30	2,10	0,60	15,00	71,70
20	1,20	0,20	9,00	42,00
565	24,73	13,65	90,98	597,40

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
25	5,80	7,38	0,00	90,00
225	10,80	6,20	0,60	124,00
160	12,44	14,71	24,11	322,95
200	3,17	2,78	15,95	100,50
100	0,40	0,40	9,80	47,00
40	2,80	0,80	20,00	95,60
30	1,80	0,30	13,50	63,00
780	37,21	32,57	83,96	843,05

Пятница	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Завтрак
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)
ТК	Гратен из печени
205-17	Макароны отварные с овощами
389-17	Сок натуральный (яблочный)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ
	СРЕДНЯЯ
Пятница	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)
110-04	Борщ с капустой и картофелем
ТК	Рыба (минтай), запеченная с маслом
204-04	Картофель отварной с луком
ТК	Фрукты свежие (яблоко)
ТК	Сок фруктовый
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ
	СРЕДНЯЯ

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
80	0,88	0,16	3,04	9,60
90	15,99	10,15	6,71	206,00
150	5,17	5,99	28,52	188,40
180	0,90	0,00	18,18	76,32
30	2,10	0,60	15,00	71,70
20	1,20	0,20	9,00	42,00
550	26,24	17,10	80,45	594,02
	122,3	100,28	383,42	2944,45
	24,46	20,06	76,68	588,89
	223,4	197,94	783,91	5877,90
	22,34	19,79	78,39	587,79
Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	1,15	0,9	3,8	56
200	1,60	4,16	4,16	84,8
95	14,58	13,59	3,96	225,6
150	3,20	8,4	26,1	181,25
100	0,40	0,4	9,8	47
200	0,44	0,44	10,89	52,22
40	2,80	0,8	20	95,6
30	1,80	0,3	13,5	63
875	25,97	28,99	92,21	805,47
	23484	133,76	510,25	4105,87
	4696,8	26,75	102,05	821,17
	23619,4	269,45	1102,11	8212,64
	2361,9	26,94	110,21	821,26

Горячие обеды и полдники для детей ОВЗ и детей-инвалидов с 1 по 4 класс (II смена)



Понедельник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
ТК	Салат по-сезону (салат из свежих овощей)
110-04	Борщ с капустой и картофелем
ТК	Нагетсы куриные
205-17	Макароны отварные с овощами
ТК	Чай с сахаром
406-17	Фрукты свежие (апельсин)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого

Понедельник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
742-04	Кулебяка с капустой
ТК	Кофейный напиток с молоком
ТК	Фрукты свежие (груша)
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	1,15	0,90	3,80	56,00
200	1,6	4,16	4,16	84,8
100	7,3	7,6	31,82	233,83
150	5,17	5,79	28,52	188,4
200	0,07	0,02	10	40
100	0,4	0,4	9,8	38
40	2,8	0,8	20	95,6
30	1,8	0,3	13,5	63
880	20,29	20,17	121,60	799,63

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	6,03	5,83	31,23	202,86
200	3,16	2,70	15,95	100,60
100	0,40	0,40	9,80	47,00
400	9,59	8,93	56,98	350,46

Вторник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
Обед	
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)
135-04	Суп из овощей
ТК	Гратен из печени
ТК	Винегрет с овощами
389-07, ТК	Сок натуральный (яблоко)
ТК	Кондитерское изделие (печенье в пром. упак.)
ТК	Хлеб пшеничный
Итого	
Вторник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
Полдник	
ТК	Булочка творожная
ТК	Чай с сахаром и лимоном
Итого	

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,66	0,12	2,28	7,2
200	1,76	3,52	9,92	79,2
120	21,32	13,53	8,95	245,4
150	4,03	7,98	32,85	211,5
200	1	0	20,2	84,8
20	2,8	3,6	14,4	92,5
40	2,8	0,8	20	95,6

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	13,08	6,06	38,68	300,00
200	0,07	0,02	20,00	42,00
300	13,15	6,08	58,68	342,00

Среда	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
ТК	Овощи по сезону (ассорти овощное: огурец, перец сладкий)
139-04	Суп картофельный с бобовыми
235-17	Шницель рыбный (минтай) натуральный
	с маслом сливочным (100/5)
518-04	Картофель отварной
ТК	Какао с молоком
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Среда	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
410-17	Ватрушка с творогом
386-17, ТК	Кисломолочный продукт (кефир)
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,66	0,12	2,28	13,2
200	4,96	4,48	17,84	133,6
105	13,02	14,51	7,98	230
150	3	7,65	23,85	181,5
180	3,67	3,19	15,82	107
50	3,5	1	25	119,5
30	1,8	0,3	13,5	63
775	30,61	31,25	106,27	847,8

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	12,30	7,31	38,90	269,33
200	5,80	5,00	8,00	100,00
300	18,10	12,31	46,90	369,33

Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
Обед	
015-17	Салат по-сезону (из свежих помидоров и огурцов)
111-04	Борщ сибирский
ТК	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)
ГК	кофейный напиток
ТК	Фрукты свежие (слива)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
Полдник	
420-17	Котлета говяжья, запеченная в тесте
ТК	Сок фруктовый
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,58	3,65	2,19	42,42
200	3,12	3,44	12,8	94,4
180	18,2	26,8	5,2	318,17
200	3,17	2,78	15,95	100,5
100	0,4	0,4	9,8	47
50	3,5	1	25	119,5
30	1,8	0,3	13,5	63
820	30,77	38,37	84,44	784,99

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	11,99	10,41	33,17	274
200	1	0,00	20,20	84,80
300	12,99	10,41	53,37	358,8

Пятница	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
015-17	Сыр порционно (Российский)
138-04	Суп картофельный с крупой (пшеничная)
ТК	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (150г)
ТК	Чай с сахаром и лимоном
ТК	Фрукты свежие (груша)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ
Пятница	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
	Пирожок печеный с картофелем
	Компот из свежих плодов (клубника с/м)
	Итого
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
20	4,64	5,9	0	72
200	1,68	2,24	15,28	114,4
155	7,25	6,61	97,67	403,15
200	0,13	0	10,2	42
100	0,4	0,4	9,8	47
40	2,8	0,8	20	95,6
20	1,2	0,2	9	42
735	18,1	16,15	161,95	816,15
	135,3	13,5,69	591,86	4106,77
	27,07	27,14	118,37	821,35

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	6,03	7,60	36,90	240,00
200	0,16	0,16	27,81	105,00
300	6,19	7,76	64,71	345,00
	62,84	59,40	289,18	1765,59
	12,57	11,88	57,84	353,12

АНО "Школьное Питание"

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Овощи по сезону (перец сладкий)	70	0,91	0,07	3,71	18,9	ТК
Завтрак	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
	Хлеб ржаной-пшеничный	30	1,2	0,2	9,0	42	ТК
	Итого	560	22,37	28,72	74,44	611,27	
Обед	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
	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	
Полдник	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТК
	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	

Понедельник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
ТК	Овощи по-сезону (огурец свежий)
108-17	Суп картофельный с клецками
268-17	Шницель говяжий
54-11г-20	Пюре картофельное
389-07, 1К	Сок натуральный (яблочный)
ТК	Фрукты свежие (мандарин)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого

Понедельник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
471-03	Булочка бриошь с изюмом
382-17	Молоко
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,66	0,12	2,28	7,2
200	2,85	3,67	14,83	115,4
100	15	22	13,02	278,67
150	3,2	5,2	19,8	136,76
200	1	0	20,2	84,8
100	0,4	0,4	9,8	38
50	3,5	1	25	119,5
30	1,8	0,3	13,5	63
890	28,41	32,69	118,43	845,35

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	4,38	7,30	35,00	243,00
200	5,80	5,00	9,60	107,00
300	10,18	12,30	44,60	350,00

Вторник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
93-18	Овощи по сезону (овощные палочки: морковь, перец сладкий)
443-04, ТК	Борщ из свежей капусты
350-17, ТК	Плов из говядины
ТК	Кисель из свежих плодов (клубника с/м)
ТК	Кондитерское изделие (вафли)
ТК	Фрукты свежие (слива)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Вторник	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
ТК	Котлета куриная, запеченная в тесте
ТК	Чай с сахаром
ТК	Кондитерское изделие (вафли в пром. упак)
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,78	0,06	4,14	26,25
200	1,26	3,5	5	56,60
150	16,2	15,0	28,2	262,50
200	0,18	0,14	23,94	117,00
15	2,1	2,7	10,8	122,40
100	0,4	0,4	9,8	47,00
50	3,5	1	25	119,50
30	1,8	0,3	13,5	63,00
805	26,22	24	120,48	814,25

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	11,99	10,41	33,17	233,88
200	0,07	0,02	20,00	40,00
15	0,98	4,20	9,30	91,00
315	13,04	14,63	62,47	364,88

Среда	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
ТК	Салат по-сезону (ассорти овощное: огурец соленый, помидор соленый)
147-04	Суп с макаронными изделиями
ТК	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)
302-17	Каша рассыпчатая (гречневая)
ТК	Чай с сахаром и лимоном
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Среда	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
743-04	Расстегай с мясом (говядина)
389-07, ТК	Сок натуральный
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
60	0,66	0,12	2,28	13,20
200	1,91	4,06	10,40	96,80
95	14,69	5,57	3,10	219,50
150	4,79	4,44	30,89	243,75
200	0,07	0,02	10,00	42,00
50	3,50	1,00	25,00	119,50
30	1,80	0,30	13,50	63
785	27,42	15,51	95,17	797,75

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	15,57	10,72	29,97	266,97
200	0,90	0,00	18,18	84,80
300	16,47	10,72	48,15	351,77

Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Обед
015-07	Сыр порционно (Российский)
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)
362-04	Пудинг из творога со сметаной (155/5)
ТК	Кофейный напиток
ТК	Фрукты свежие (нектарин)
ТК	Хлеб пшеничный
ТК	Хлеб ржано-пшеничный
	Итого
Четверг	
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда
	Полдник
406-17	Пирожок печеный с печенью
342-17, ТК	Кисель из плодов свежих (клубника с/м)
	Итого

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
25	5,80	7,38	0,00	90,00
225	10,80	6,20	0,60	124,00
160	12,44	14,71	21,11	322,95
200	3,17	2,78	15,95	100,50
100	0,40	0,40	9,80	47,00
40	2,80	0,80	20,00	95,60
30	1,80	0,30	13,50	63,00
780	37,21	32,57	83,96	843,05

Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
100	15,57	10,72	29,97	280,00
200	0,13	24,50	0,04	77,00
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

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	
Обед	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
	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		
Полдник	Фрукты свежие (банан)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ТК
	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	