



«Разработано»

Автономная некоммерческая организация
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

Утверждено

Директор

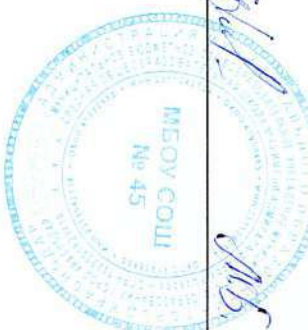
М.С. Шевченко



Директор общеобразовательной организации

«Согласовано»

М.В. Ткаченко



Основное (организованное)

Меню

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

Краснодар
2023



«РАЗРАБОТАНО»

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

Генеральный директор *А.И. Худобин*

« » _____ 2022 год



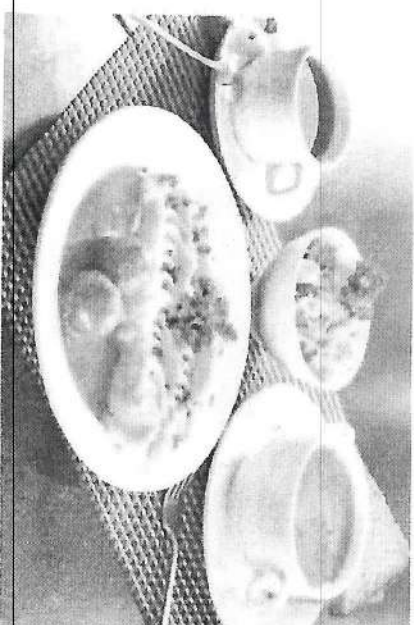
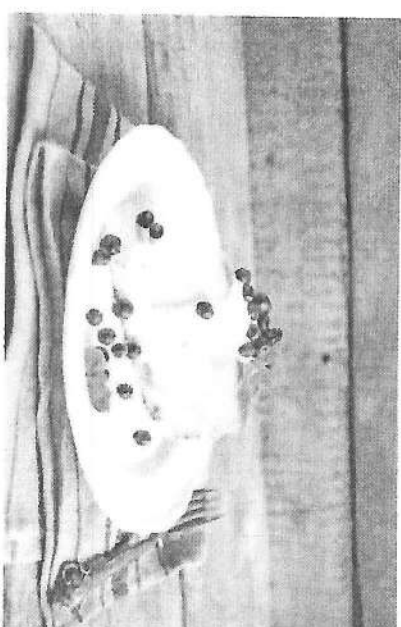
«СОГЛАСОВАНО»

Директор общеобразовательной
организации _____

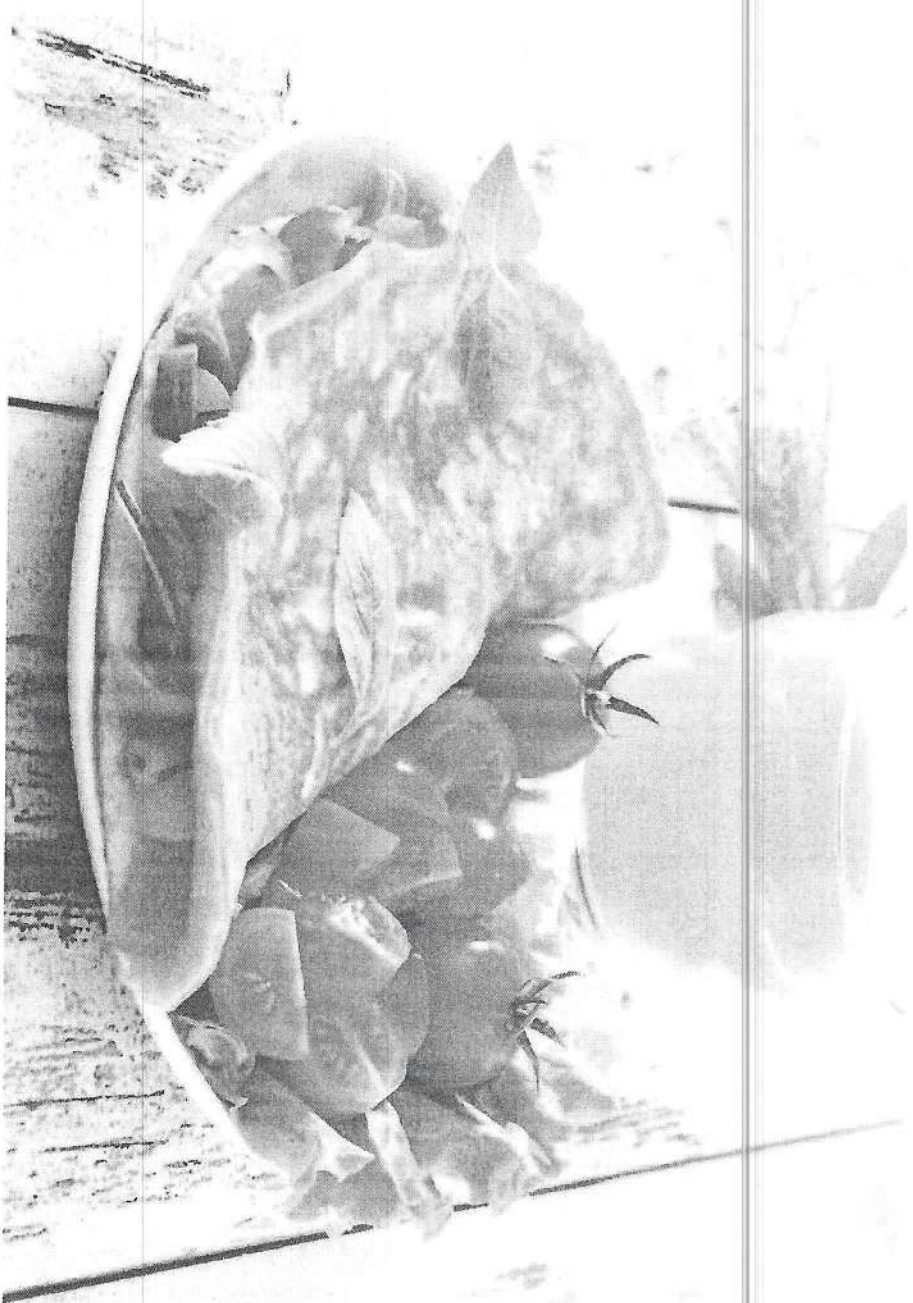
ОСНОВНОЕ [Организованное] МЕНЮ

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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Итого			
Среда						
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

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			Итого			
Среда						
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 ржано-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 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		163,1	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 (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	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

Дети 12-18 лет, ОВЗ и дети инвалиды

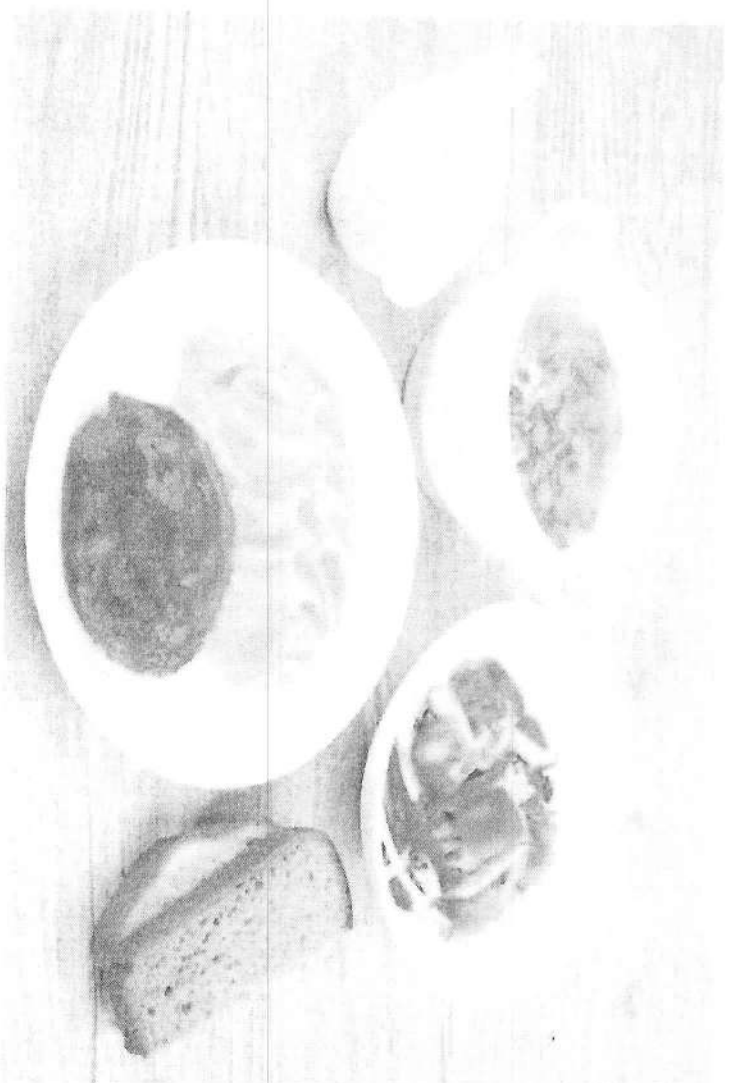
Категория:

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 (огурец 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	Макаронные 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	
Подлник						
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 натуранный (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
ИК	Финляндский суп с картофелем и сметаной	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

АНО "Школьное Питание"

День: Суббота
 Неделя: 2
 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	Салат из моркови с сухофруктами	100	1,36	4,47	11,58	92	ТК
	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,25	6,49	30,39	201	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	ТК
	Итого	555	9,98	11,78	75,97	446,7	
	Салат из огурцов и помидоров	100	0,9	6	3,1	70	ТК
	Суп с макаронными изделиями	250	2,3	5,8	13	121	ТК
	Жаркое по-домашнему	300	20,6	23,72	23,25	389	ТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,09	0	17	68	ТК
Обед	Свежие фрукты (апельсин)	200	1,8	0,4	16,2	76	ТК
	Хлеб пшеничный	28	1,96	0,18	14	66,9	ТК
	Хлеб ржаной	28	1,68	0,28	12,6	58,8	ТК
	Итого	1106	29,33	36,38	99,15	849,7	
	Свежие фрукты (банан)	150	2,12	0,13	25,34	113	ТК
Уплотненный полдник	Руллет фруктовый (покупной)	35	-	-	-	-	ТК
	Молоко (инд. упак.)	200	1	0	20,2	84,8	ТК
	Итого	385	3,12	0,13	45,54	197,8	ТК
Итого за 1 день	2046	42,43	48,29	220,66	1494,2		