

СОГЛАСОВАНО:

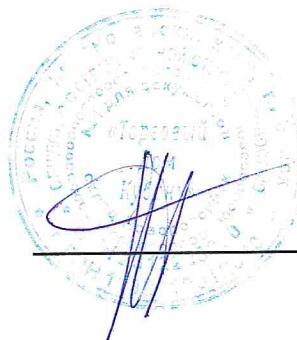
Директор
МБОУ ООШ №31
имени Т.В. Ластовицкого



И. И. Иваница

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л. Жваков

Россия Краснодарский край

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

период осень

2022г.

Возрастная категория: 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2022 г.

экспертное заключение от 17.08.2022г. № 3933/28

Россия Краснодарский край

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

1 - я НЕДЕЛЯ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: осень 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 1 -й	Огурец свежий (или солёный) в нарезку	60	0,42	0,06	1,14	6,780	14	71-70/11
	Макароны / икра овощная (сложный гарнир)	110 / 40	4,064	4,073	26,185	157,653	10	203 / 11 74/11
	Суфле из печени	100 / 20	10,3	13,49	5,7	185,410	5	282-332/11
	Компот из смеси сухофруктов	190	0,6	0,26	27,2	113,540	26	388/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	19	Пром.пр.
итого за завтрак			19,219	20,28	83,215	592,21	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр. 570	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 2 -й	Помидор свежий (или солёный) в нарезку	60	0,66	0,12	2,28	12,84	15	71-70/11
	Шницель рыбный (минтай)	90 / 20	11,25	9,82	17,285	202,52	3	235-333/11
	картофель пюре / Капуста тушёная	120/ 30	2,48	7,330	20,84	159,25	11	128-139/11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,68	25	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,16	19	Пром.пр.
итого за завтрак			19,21	19,79	84,905	589,96	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр. 570	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 3 -й	Запеканка из творога с молоком сгущённым	135 / 15	16,175	10,993	35,538	305,789	16	223 /11
	Чай с лимоном	200	1,07	0,75	8,28	44,150	32	377/11
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	17	14/11
	Хлеб пшеничный	24	1,26	0,17	9,79	45,730	20	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	145	0,58	0,58	14,21	64,380	22	340 / 11
	итого за завтрак		19,295	19,763	83,148	587,64	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр. 529	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 4-й	огурец свежий (или солёный) в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	7,910	14	71-70/11
	Жаркое по - дормашнему	40 / 140	15,025	18,437	25,104	326,449	6	259/11
	Компот из смеси сухофруктов	190	0,6	0,26	27,2	113,540	26	349/11
	Хлеб пшеничный	40	2,11	0,28	16,32	76,240	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,695	0,36	12,555	60,240	19	Пром.пр.
итого за завтрак			19,92	19,407	82,509	584,38	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр. 510	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: осень 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 5-й	Каша молочная (манная)	200	14,371	17,46	28,528	328,736	1	181/11
	Кондитерка (печенье)	25	1,06	1,19	12,135	56,790	21	Пром.пр.
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,460	31	376/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,400	8,7	40,000	23	341 / 11
итого за завтрак			18,611	19,52	84,973	583,32	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр.	575

Возрастная категория: с / до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я НЕДЕЛЯ			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,000
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,000
7-11 л	ЗАВТРАК 25 %	25%	19,25	19,75	83,75	587,5	углеводы	0,000
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	ценность	0,000

2 - я НЕДЕЛЯ

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 6-й	помидор свежий (или солёный) в нарезке	70	0,77	0,14	2,96	16,180	15	71 -70/11
	Плов с говядиной	40 / 150	14,077	18,787	36,057	369,619	7	265/11
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	61,500	32	377/11
	Хлеб пшеничный	40	2,11	0,28	16,32	76,240	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,695	0,36	12,555	60,240	19	Пром.пр.
итого за завтрак			18,782	19,59	83,092	583,78	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр.	530

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 7-й	огурец свежий (или солёный) в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	7,910	14	71-70/11
	Тефтели рыбные (минтай)	90 / 20	11,31	7,645	11,75	161,045	4	239-333/11
	Картофельное пюре /	120 / 60	2,48	7,330	20,84	159,250	12	128-73/11
	/ Икра кабачковая		1,638	4,312	8,43	79,068		
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,680	25	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	19	Пром.пр.
итого за завтрак			19,63	19,807	83,877	592	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр. 540	

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ

25%

для учащихся в общеобразовательном учреждении

2 - я НЕДЕЛЯ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: осень 20__ год.

приём	Вес	Пищевые вещества (г)	Энергети-	№ ре -	№ по
-------	-----	------------------------	-----------	--------	------

пищи	Наименование блюда	блюда	белки Б	жиры Ж	углеводы У	числовая ценность	цептуры Тех.Карты	Сборнику рецептур
неделя 2 -я День 8-й	Омлет с птицей	150	9,56	13,39	25,08	263,60	9	212/11
	Кофейный напиток	200	4,5	3,7	19,6	129,700	30	379/11
	Хлеб пшеничный	40	2,11	0,28	16,32	76,240	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	105	2,409	1,465	13,636	77,365	24	340 / 11
итого за завтрак			19,70	19,08	83,006	587,06	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр.	575
приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9-й	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	14	71-70/11
	Биточки особые мясные	90	12,17	10,05	10,85	182,530	8	269/11
	Картофель тушёный с овощами	160	3,55	9,288	19,230	174,712	13	142-131/11
	Кисель (витаминизированный)	190	0,24	0,112	30,270	123,048	27 -28	359/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	19	Пром.пр.
итого за завтрак			19,09	19,96	82,10	584,4	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр.	550
приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 10-й	Каша молочная (рисовая)	200	7,766	6,489	24,975	173,569	2	182/11
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	17	14/11
	Сыр порциями (Костромской)	15	3,24	2,592	0	36,288	18	15/11
	Какао витаминизированный	200	3,8	3	23	134,200	29	382/11
	Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,270	20	Пром.пр.
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	22	340 / 11
итого за завтрак			19,046	20,321	86,675	589,98	суммарный объём	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,5	порций гр.	595
Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я НЕДЕЛЯ			Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Отклонение от	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		нормы	в %
Итого за день по СанПиН			77	79,0	335	2350	белки	0,000
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,000
7-11 л	ЗАВТРАК 25 %	25%	19,25	19,75	83,75	587,5	углеводы	0,000
							энерг-я	
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	ценность	0,000

Ответственный за разработку меню инженер-технолог
литература:

1 САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ,

ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ

2 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А.

РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.

3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ питания РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.

/Ткаченко А.Н./

К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

УЧРЕЖДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОГО И СРЕДНЕГО

СанПиН 2.3/2.4.3590 -20

ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ

МЕНЮ - РАСКЛАДКА ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ
возрастная категория: 7-11 лет **1 - я неделя** **25%**

ЗАВТРАКОВ
ОСЕНЬ

Сборник рецепт №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
1 - й день			Суфле из печени			соус			макароны отварные		
71-70 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			печень	92,6	75	сметана	4,9	4,9	макароны	37,5	37,5
203-74 /11	макароны / икра овощная	110 /40	мука пш.	3,5	3,5	мука пш.	1,38	1,38	вода питьевая	60,4	60,4
282/11	Суфле из печени	100/20	Хлеб пш.	4	4	вода	13,8	13,8	м/сливочное	5,1	5,1
349/11	Компот из смеси сухофруктов	190	лук репчат.	11,2	9,3	лавр./лист	0,0004	0,0004	соль	0,76	0,76
			морковь	25	20	соль	0,2	0,2	икра овощная		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	яйца шт./гр.	0,216шт.	8,64	лук репчат.	4,76	4	баклажан	15,88	15,88
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	м/растительное	4,4	4,4	м/сливочное	0,4	0,4	кабачёк	22,32	17,84
			соль	0,5	0,5	Компот из смеси сухофруктов			морковь	8	6,4
			сухарь паниров	4	4	сырьё	брутто	нетто	капуста	11,52	9,2
			овощи свежие или солёные			смесь сух-в	15	15	лук репчат.	5,2	4,4
			сырьё	брутто	нетто	сахар	5	5	томат пюре	4,4	4,4
			огурец	63,12	60,00	лимон /кислот	0,19	0,19	м/растительн	2	2
						вода	190	190			

2 - й день			Шницель рыбный						картофельное пюре		
71 -70/11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			минтай б/г	111,259	78	СОУС			картофель	140,80	105,60
235/11	Шницель рыбный (минтай)	90/20	лук репчат.	18	16,2	сметана	4,9	4,9	молоко	19,2	18
128/11	картофель пюре / Капуста	120/30	зелень	1,9	1,8	томат пюре	2	2	м/слив	3,6	3,6
139/11	Тушёная		молоко	7,2	7,2	мука пшен.	1,38	1,38	Капуста тушёная		
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	яйца	0,09шт.	3,6	вода	13,8	13,8	капуста св.	42,6	34,2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	мука пшен.	1,9	1,9	лавр. / лист	0,0004	0,0004	м/растительн	1,2	1,2
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	сухарь паниров	8,9	8,9	соль	0,2	0,2	томат	1,8	1,8
			м/растительное	7,4	7,4	лук репч	4,76	4	морковь	0,9	0,75
			соль	0,66	0,66	м/сливочное	0,4	0,4	лук репч.	1,5	1,2
						овощи свежие или солёные			лавр. Лист	0,0024	0,0024
						сырьё	брутто	нетто	мука пш.	0,3	0,3
						помидор св.	70,8	60	сахар	0,9	0,9
						или помидор солёный			лимон/кислота	0,027	0,027
							66		вода	0,873	0,873

3 - й день			Запеканка из творога с молоком сгущённым						чай с лимоном		
223/11	Запеканка из творога с молоком сгущённым	135/15	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			творог	127,7	125	сметана	5,4	5,4	чай	0,8	0,8
377/11	чай с лимоном	200	мука пш.	10,8	10,8	молоко сгущ.	15	15	вода	66	
14 /11	масло порциями	10	сахар песок	10	10				сахар	10	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	24	яйца шт./ гр.	0,135 шт.	5,4				вода	150	
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	145	сл/ масло	5,4	5,4	Фрукты свежие			лимон	5,834	5
			сухарь пан	5,4	5,4	сырьё	брутто	нетто	масло порциями		
						яблоко	164,575	145	сырьё	брутто	нетто
									масло сливочн	10	10

4 - й день**Жаркое по - домашнему****компот из смеси**

71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	70	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сухофруктов		
			свинина	69,6	59,2	м/сливочное	3	3	сырьё	брутто	нетто
259/11	Жаркое по - дормашнему	40/140	картофель	149,34	112,0	м/растительное	3	3	смесь сух-в	15	15
349/11	Компот из смеси сухофруктов	190	лук репчат.	13,44	11,2	лавр. / лист	0,0077	0,0077	сахар	5	5
			томат пюре	6,72	6,72	соль	0,73	0,73	лимон /кислот	0,19	0,19
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	овощи свежие или солёные			приправа овощн	1,7	1,7	вода	190	190
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	сырьё	брутто	нетто						
			огурец св.	73,64	70,00						
			или огурец солёный								
				77							

5 - й день			каша молочная манная			чай с сахаром			Фрукты свежие		
181/11	Каша молочная (манная)	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
Пром.пр.	Кондитер.изд. (печенье)	25	Крупа манная	29,45	29,45	чай	0,9	0,9	апельсин	149,000	105
376/11	чай с сахаром	200	молоко	130	130	вода	66				
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	вода	36,25	36,25	сахар	10	10			
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	соль	0,3	0,3	вода	150				
341 / 11	Фрукты свежие (апельсин)	100	сахар	5	5						
			м/сливочное	10	10						

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

Россия Краснодарский край

МЕНЮ - РАСКЛАДКА для ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ
2 - я неделя

25%

ЗАВТРАКОВ
ОСЕНЬ

возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
6 - й день			плов с говядиной						овощи свежие или солёные		
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	70	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			говядина	73,57	63,2	соль	1	1	помидор	82,6	70
265/11	Плов с говядиной	40/150	крупа рисовая	53,6	53,6	вода	112,6	112,6	чай с лимоном		
377/11	чай с лимоном	200	м/растительное	7	7	специи д/плова	1,7	1,7	чай	0,8	0,8
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лук репчат.	9	7,5				вода	66	66
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	морковь	13,75	11				сахар	10	10
			томат	8,8	8,8				вода кипятком	150	150
									лимон	5,834	5

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
7 - й день			тефтели			соус в тефтели			картофель пюре		
71-70 /11	огурец свежий	70	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто

	(или солёный) в нарезке		минтай б/г	95,583	67,00	мука пш.	1,1	1,1	картофель	140,80	105,60
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/20	хлеб пш.	12,6	12,6	вода	13		молоко	19,2	18
128-73	картофельное пюре /	120/30	молоко	6,64	6,64	томат	2,06	2,06	м/сливоч	3,6	3,6
/ 11	/ Икра кабачковая		лук репчат.	16,2	12,6	сметана	1,8	1,8	/ Икра кабачковая		
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	яйцо	0,094шт.	3,76	лук репчат.	1,03	0,875	кабачки	40,3	32,22
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	мука пш.	7,2	7,2	м/сливочное	2	2	капуста св.	8,25	6,6
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	соль	0,6	0,6	морковь	6,84	5,47	лук репчат.	3,93	3,3
			м/растительное	5	5	лавр. / лист	0,02	0,02	томат пюре	3,3	3,3
			овощи свежие или солёные			соль	0,2	0,2	м/растительн	1,5	1,5
			сырьё	брутто	нетто				соль	0,24	0,24
			огурец	73,64	70,00						

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
8 - й день			Омлет с птицей			Фрукты свежие (бананы)			Кофейный напиток		
212/11	Омлет с птицей	150	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
379/11	Кофейный напиток	200	филе бедро кур	76,50	68,1	бананы	105,000	105	молоко	200	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	помидоры св.	20,043	16,985				Кофейный напиток	5	5
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	сыр костромской	10,42	10				сахар	5	5
340 / 11	Фрукты свежие (бананы)	105	яйца	1,875 шт.	75				вода	10	10
			молоко	28,02	28,02						
			соль	0,5	0,5						
			м/сливочное	4	4						

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

Россия Краснодарский край

МЕНЮ - РАСКЛАДКА для ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ

2 - я неделя

25%

возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
9 - й день			Картофель тушёный			Биточки особые			Кисель (витаминный)		
71 -70/11	огурец свежий	60	с овощами			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
	(или солёный) в нарезке		сырьё	брутто	нетто	говядина	61,85	52,6	сухофрукты	7,5	7,5
269/11	Биточки особые	90	картофель	193,24	144,3	филе бедро пти	21,8	19,4	сахар	4,1	4,1
142/11	Картофель тушёный	160	морковь	8,96	6,4	хлеб пш.	14,4	14,4	яблоки св.	3	2,5
	с овощами		лук репчат.	7,68	6,4	молоко	5,5	5,5	сок яблочный	100	100
359/11	Кисель Витаминизированный	190	м/сливочное	7,5	7,5	лук репчат.	10,8	9	крахмал	7,5	7,5
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	лавр. / лист	0,0109	0,0109	яйцо шт. / гр.	0,09 шт.	3,6	вода	112,1	112,1
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	горошек зелёный	4,61	3,00	соль	0,69	0,69			

			соль	0,3	0,3	сухарь панир	1,5	1,5	
			приправа овощн	1,343	1,343	мука пш.	7,54	7,54	
			соус			м/растительнс	6	6	
			сметана	8	8				
			мука пшенич	2,4	2,4				
			томат пюре	3,2	3,2				
			вода	24	24				
			лавр. / лист	0,0006	0,0006				
			соль	0,32	0,32				
					сырьё		брутто	нетто	
					огурец		63,12	60,00	

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
10 - й день			каша молочная рисовая			Сыр порциями			Какао витаминизированный		
182/11	Каша молочная (рисовая)	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
14 /11	масло порциями	10	крупа рисовая	29,45	29,45	сыр Костромс	15,51	15	какао-Витамин	2,5	2,5
15 /11	Сыр порциями (костромской)	15	молоко	121,64	121,64				молоко	200	200
382 /11	Какао витаминизированный	200	сахар	5	5				сахар	5	5
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	вода	44,59	44,59	масло порциями			вода	20	20
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20	соль	0,3	0,3	сырьё	брутто	нетто	Фрукты свежие		
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100	м/сливочное	10	10	масло сливочн	10	10	сырьё	брутто	нетто
									яблоко	113,500	100

1 - я неделя

О С Е Н Ь 20__ г.

возрастная категория: 7-11 лет

ЗАВТРАК

на одного человека в день

МЕНЮ**10 - ТИДНЕВКА**

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

1-й день														
сырьё			брутто	нетто		сырьё			брутто	нетто				
хлеб ржан.			20	20		м/сливочное			5,5	5,5				
хлеб пшен.			34	34		м/растительное			6,4	6,4				
мука пш.			4,88	4,88		яйцо шт. / гр.			0,21600	8,64				
макароны			37,5	37,5		сахар			5	5				
всего овощей			171,400	151,42		соль			1,46	1,46				
шиповник сущён			15,000	15		итого Специи			0,1904	0,0004				
ПЕЧЕНЬ			92,6	75		лавр./лист			0,0004	0,0004				
сметана			4,9	4,9		ЛИМ КИСЛ			0,19	190				
										сырьё			брутто	нетто
										ОВОЩИ				
										баклажан	15,88	15,88		
										кабачёк	22,32	17,84		
										томат пюре	4,4	4,4		
										капуста	11,52	9,2		
										лук репчатый	21,16	17,7		
										морковь	33	26,4		
										огурец св.	63,12	60		
										итого овощи	171,400	151,42		
										сухарь панирован.	4	4		
										вода	264,2	264,2		

2-й день																	
сырьё			брутто			нетто			сырьё			брутто			нетто		
хлеб ржан.			20			20			м/сливочное			4			4		
хлеб пшен.			30			30			м/растительное			8,6			8,6		
мука пш.			3,58			3,58			яйцо шт. / гр.			0,090			3,60		
картофель			140,80			105,6			сахар			0,9			0,9		
всего овощей			144,26			121,95			соль			0,86			0,86		
соки			200			200			итого Специи			0,0298			0,0274		
минтай без/ голо			111,259			78			лавр./лист			0,0028			0,0028		
молоко			26			25			ЛИМ КИСЛ			0,027			0,027		
сметана			4,9			4,9			сухарь панирован.			8,9			8,9		
									сырьё			брутто			нетто		
									ОВОЩИ								
									капуста св.			42,6			34,2		
									томат пюре			3,8			3,8		
									зелень св.			1,9			1,8		
									лук репчатый			24,26			21,40		
									морковь			0,9			0,75		
									помидор св.			70,8			60		
									итого овощи			144,260			121,95		

вода	13,80	13,80
------	-------	-------

3-й день		
сырьё	брутто	нетто
хлеб пшен.	24	24
мука пш.	10,8	10,8
фрукты яблоко с	170	150,00
молоко		15,0
молоко сгущёное	15	
творог	127,700	125

сырьё	брутто	нетто
сметана	5,4	5,4
м/сливочное	15,4	15,4
яйцо шт. / гр.	0,1350	5,4
сахар	20,0	20,0
чай	0,8	0,8

сырьё	брутто	нетто
сухарь панирован.	5,4	5,4
вода	216	216

фрукты яблоко с	165	145,00
фрукты лимон	5,83	5,00
итого фрукты	170	150,00

1 - я неделя

О С Е Н Ь 20__ г.

возрастная категория: 7-11 лет

ЗАВТРАК

на одного человека в день

МЕНЮ**10 - ТИДНЕВКА**

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

4-й день

сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	м/сливочное	3	3,0	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	40	40	м/растительное	3	3	зелень св.		
картофель	149,34	112,0	сахар	5	5,0	томат пюре	6,72	6,72
всего овощей	93,80	87,92	соль	0,73	0,73	лук репчатый	13,44	11,20
шиповник сушёный	15,000	15	итого Специи	1,8977	1,8977	огурец свежий	73,64	70,00
свинина	70	59,2	лавр./лист	0,0077	0,0077	итого овощи	93,800	87,92
			приправа овощная	1,7	1,7			
			ЛИМ КИСЛ	0,19	0,19	вода	190,00	190

5-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	20	20	м/сливочное	10	10	сухарь панированный		
хлеб пшен.	30	30	сахар	15,0	15	вода	252,25	252
крупа овсяная	29,45	29,45	Кондитер. (печенье)	25	25			
фрукты апельсин	149,0	100	чай	0,9000	0,9			
молоко	130,0	130	соль	0,3	0,3			



2 - я неделя

6-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	сахар	10	10	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	40	40	чай	0,8	0,8	томат пюре	8,8	8,8
крупа рисовая	53,60	53,60	соль	1	1	лук репчатый	9	7,50
всего овощей	114,15	97,30	Специи	1,7000	1,7000	морковь	13,75	11
лимон	5,83	5	специи д/плова	1,7	1,7	помидор св.	82,6	70,00
говядина	73,57	63,2				итого овощи	114,150	97,30
м/растительное	7	7	вода	328,60	329			

2 - я неделя

О С Е Н Ь 20__ г.

возрастная категория: 7-11 лет

ЗАВТРАК

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ПИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

7-й день											
сырьё			брутто			нетто					
хлеб ржан.			20			20					
хлеб пшен.			42,6			42,6					
мука пш.			8,3			8,3					
картофель			140,80			105,6					
всего овощей			155,54			136,43					
сок яблочный			200			200					
минтай без/ голо			95,58			67,00					
молоко			25,84			24,64					
сырьё			брутто			нетто					
сметана			1,8			1,8					
м/сливочное			5,6			5,6					
м/растительное			6,5			6,5					
яйцо шт. / гр.			0,0940			3,76					
соль			1,04			1,04					
итого Специи			0,02			0.0200					
лавр./лист			0,02			0,02					
сырьё			брутто			нетто					
ОВОЩИ											
кабачёк			40,3			32,22					
томат пюре			5,36			5,36					
капуста б/кач. Св.			8,25			6,6					
лук репчатый			21,16			16,78					
морковь			6,84			5,47					
огурец свежий			73,64			70,00					
ИТОГО ОВОЩИ			155,540			136,43					
вода			13,00			13					

8-й день										
сырьё			брутто	нетто		сырьё			брутто	нетто
хлеб ржан.			20	20		сыр костромской			10,42	10
хлеб пшен.			40	40,00		м/сливочное			4,00	4
всего овощей			20,043	16,99		яйцо шт. / гр.			1,8750	75
фрукты бананы с			105,00	105		сахар			5	5
филе бедро кур			76,50	68,1		кофейный напиток			5	5
молоко			228	228,02		соль			0,5	0,5
					</					

9-й день										
сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто		сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	20	20		молоко	5,5	5,5		ОВОЩИ		
хлеб пшен.	44,4	44,4		сметана	8	8		Горошек консервиров	4,613	3,00
мука пш.	9,94	9,94		м/сливочное	7,5	7,5		томат пюре	3,2	3,2
картофель	193,24	144,3		м/растительное	6	6		лук репчатый	18,48	15,40
всего овощей	98,373	88,00		яйцо шт. / гр.	0,0900	3,6		морковь	8,96	6,4
фрукты св. яблок	3,0	2,5		сахар	4,1	4,1		огурец свежий	63,12	60,00
шиповник сущёна	7,50	7,5		соль	1,31	1,31		итого овощи	98,373	88,00

сок яблочный	100	100	Крахмал	7,5	7,5			
говядина	61,85	52,6	итого Специи	1,3545	1,3545	сухарь панирован.	1,5	1,5
филе бедро птиц	21,8	19,40	лавр./лист	0,0115	0,0115			
			париправа овощная	1,343	1,343	вода	136,10	136

10-й день										
сырьё			брутто			нетто				
хлеб ржан.			20			20				
хлеб пшен.			50			50				
крупа рисовая			29,45			29,45				
фрукты св. яблок			113,50			100				
молоко			321,64			321,64				
сырьё			брутто			нетто				
сыр Костромской			15,510			15				
м/сливочное			20			20				
сахар			10,0			10				
какао порошок			2,5			2,5				
соль			0,3			0,3				
сырьё			брутто			нетто				
вода			64,59			64,59				

п/п	наименование группы пищевой продукции	норма продукции в граммах г (нетто)	Количество пищевой продукции в Н Е Т Т О по дням в граммах на одного человека в качестве горячих З А В Т Р А К О В (всего) 25% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20										в среднем за неделю (10 дней)	Откло- нение от нормы в % (+ / -)
			1-й День	2-й День	3-й День	4-й День	5-й День	6-й День	7-й День	8-й День	9-й День	10-й День		
1	хлеб ржаной	20	20	20	0	30	20	30	20	20	20	20	20	100
2	хлеб пшеничный	37,5	34	30	24	40	30	40	42,6	40	44,4	50	37,5	100
3	мука пшеничная	3,75	4,88	3,58	10,8	0	0	0	8,3	0	9,94	0	3,75	100
4	крупы, бобовые	11,25	0	0	0	0	29,45	53,6	0	0	0	29,45	11,25	100
5	макаронные изделия	3,75	37,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,75	100
6	картофель	46,75	0	105,6	0	112	0	0	105,6	0	144,3	0	46,75	100
7	овощи (свеж, консерв-е: Зелепень, томат, соевый)	70	151,42	121,95	0	87,92	0	97,3	136,425	16,985	88	0	70	100
8	фрукты свежие	46,25	0	0	150	0	100	5	0	105	2,5	100	46,25	100
9	сухофрукты	3,75	15	0	0	15	0	0	0	0	7,5	0	3,75	100
10	соки фруктовые	50	0	200	0	0	0	0	200	0	100	0	50	100
11	мясо 1-й категории	17,5	0	0	0	59,2	0	63,2	0	0	52,6	0	17,5	100
12	цыпленка 1 кат. потрошенные	8,75	0	0	0	0	0	0	67	0	19,4	0	8,75	100
13	рыба-филе	14,5	0	78	0	0	0	0	67	0	0	0	14,5	100
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	7,5	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7,5	100
15	молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	75	0	25,2	15	0	130	0	24,64	228,02	5,5	321,64	75	100
16	творог (м. д. ж. 5% не более 9%)	12,5	0	0	125	0	0	0	0	0	0	0	12,5	100
17	сыр	2,5	0	0	0	0	0	0	0	10	0	15	2,5	100
18	сметана (м. д. ж. не более 15%)	2,5	4,9	5	5	0	0	0	1,8	0	8	0	2,5	100
19	масло сливочное	7,5	5,5	4,000	15,400	3,00	10,000	0	5,60	4,000	7,50	20	7,5	100
20	масло растительное	3,75	6,4	8,60	0,00	3	0	7	6,5	0,00	6	0	3,75	100
21	йогур диетическое столовое	10	8,64	3,60	5	0	0	0	3,76	75	4	0	10	100
22	сахар	7,5	5	1	20,0	5	15	10	0	5	4,1	10	7,5	100
23	кондитерские изделия	2,5	0	0	0	0	25	0	0	0	0	0	2,5	100
24	чай	0,25	0	0,00	0,80	0	0,9	0,8	0	0	0	0	0,25	100
25	какао - порошок	0,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00	2,5	0,25	100
26	кофейный напиток	0,5	0	0,00	0,0	0	0	0	0	5,0	0	0	0,5	100
27	соль пищевая поваренная йодированная	0,75	1,46	0,86	0,00	0,73	0,3	1	1,04	0,50	1,31	0,3	0,75	100
28	крахмал	0,75	0	0	0	0	0	0	0	0,0	7,50	0	0,75	100
29	специи	0,5	0,0004	0,027	0,000	1,8977	0	1,70000	0,02	0,00	1,35	0	0,5	100
30	белки	19,25	19,219	19,205	19,205	18,611	18,782	19,63	19,63	19,704	19,09	19,046	19,25	100
31	жиры	19,75	20,28	19,79	19,763	19,407	19,52	19,587	19,807	19,08	19,96	20,321	19,75	100
32	углеводы	83,75	83,215	84,905	83,148	82,509	84,973	83,092	83,877	83,006	82,10	86,675	83,75	100
33	калорийность	587,5	592,21	589,96	587,64	584,38	583,32	583,78	592,28	587,06	584,4	589,98	587,50	100

Рекомендации по корректировке меню :

Подпись медицинского работника и дата:

Подпись руководителя образовательной (образовательной) организации, организации по уходу и присмотру и Дата ознакомления:

Подпись ответственного лица за организацию питания и Дата ознакомления, а также проведённой корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника:

КОМПАНОВКА МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ

ОСЕНЬ

25%

1 - я неделя

возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
1 - й день		
71-70 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
203-74 /11	макароны / икра овощная	110 /40
282/11	Суфле из печени	100/20
349/11	Компот из смеси сухофруктов	190
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
2 - й день		
71 -70/11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60
235/11	Шницель рыбный (минтай)	90/20
128/11	картофель пюре / Капуста	120/30
139/11	Тушёная	
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
3 - й день		
223/11	Запеканка из творога с молоком сгущённым	135/15
377/11	чай с лимоном	200
14 /11	масло порциями	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	24
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	145
4 - й день		
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	70
259/11	Жаркое по - дормашнему	40/140
349/11	Компот из смеси сухофруктов	190
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
5 - й день		
181/11	Каша молочная (манная)	200
Пром.пр.	Кондитер.изд. (печенье)	25
376/11	чай с сахаром	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
341 / 11	Фрукты свежие (апельсин)	100

2 - я неделя

возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
6 - й день		
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	70
265/11	Плов с говядиной	40/150
377/11	чай с лимоном	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
7 - й день		
71-70 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	70
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/20
128-73 / 11	картофельное пюре / / Икра кабачковая	120/30
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
8 - й день		
212/11	Омлет с птицей	150
379/11	Кофейный напиток	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
340 / 11	Фрукты свежие (бананы)	105
9 - й день		
71 -70/11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
269/11	Биточки особые	90
142/11	Картофель тушёный с овощами	160
359/11	Кисель Витаминизированный	190
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
10 - й день		
182/11	Каша молочная (рисовая)	200
14 /11	масло порциями	10
15 /11	Сыр порциями (костромской)	15
382 /11	Какао витаминизированный	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	20
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																								
	молоко продукты		кисло-молочные продукты		творог		сметана		сыр		масло сливочное		масло растительное		мясо		цыплята 1-й категории		колбасные изделия		рыба филе		яйцо диетическое		
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	
		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%	100%
		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%		100%	100%

(продолжение таблицы часть 2)

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																							
	овощи		фрукты		сухофрукты		соки		хлеб ржаной		хлеб пшеничный		крупы бобовые		макароны		картофель		кондитерские изделия		сахар		калорийность	
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%
		100%		100%		101%		100%		100%		100%	15,8	101%		101%		100%		100%		100%		100%
		100%		100%		101%		100%		100%		100%	15,8	101%		101%		100%		100%		100%		100%