Утверждаю:
И.о.начальника управления образованием
_____/А.Г.Ткачев/
"___"_____2022год.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ- ИНВАЛИДОВ , ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ

ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ, УЧАЩИХСЯ В ВОЗРАСТЕ 7-11 ЛЕТ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ УСПЕНСКИЙ РАЙОН

лето-осень

2022-2023г.

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	14(2017)
	Сыр Российский(порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15 (2017)
	Горошек консервир. со сливочным маслом	60,0	1,70	0,10	3,50	22,10	131(2017)
	Омлет натуральный со сливочным маслом	150 5	12,70	18,00	3,30	225,50	210 (2017)
	Какао с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
Итого за завтрак		**515,00**	**20,42**	**30,06**	**75,84**	**645,64**	
Обед	Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
	Суп крестьянский с крупой	200	1,19	3,93	4,87	61,00	98 (2017)
	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	50 150	18,84	21,01	17,72	270,52	258(2017)
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,10	0,22	9,00	38,00	ПК
	Печенье топленное молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	ПК
Итого за обед		**735**	**24,49**	**30,87**	**98,05**	**698,95**	
Итого за день		**1250,00**	**44,91**	**60,93**	**173,89**	**1344,59**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
	Котлеты рубленные из птицы с соусом сметанным	90	16,22	5,34	13,88	173,91	294(2017)
		20					330(2017)
	Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150	4,00	4,24	24,56	152,41	303,174(2017)
		5,0					
	Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Печенье топленное молочко	25	0,83	5,22	19,44	135,60	ПК
Итого за завтрак		**590,00**	**25,13**	**16,67**	**97,06**	**642,14**	
Обед	Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,31	71,80	88(2017)
	со сметаной	10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
	Гуляш из говядины	50	14,55	16,79	2,89	221,00	260(2017)
		50					
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочн. маслом	150	8,59	6,09	38,64	243,77	302(2017)
		5,4					
	Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Итого за обед		**765,4**	**28,195**	**28,3**	**90,35**	**725,84**	
Итого за день		**1355,40**	**53,33**	**44,97**	**187,41**	**1367,98**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Нарезка из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	0,05	36,24	45(2017)
	Плов из курицы	100 150	22,52	11,18	45,57	229,96	291(2017)
	Чай с сахаром	200 15	0,10	0,00	13,76	55,13	375,376 (2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
Итого за завтрак		**605,00**	**25,71**	**13,53**	**112,38**	**536,37**	
Обед	Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102(2017)
	Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	150 5,0	3,35	3,63	22,00	132,39	303(2017)
	Печень по-строгановски	100	19,89	16,85	5,28	277,50	255 (2017)
	со сметанным соусом	50					332 (2017)
	Кисель из яблок свежих	200	0,11	0,12	25,09	119,20	352(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Итого за обед		**825,00**	**31,60**	**25,52**	**100,88**	**794,93**	
Итого за день		**1430,00**	**57,31**	**39,05**	**213,26**	**1331,30**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Кукуруза отварная	60,0	1,20	0,20	6,10	31,30	133(2017)
	Рыба запеченная	70	7,03	10,44	8,70	156,60	233(2017)
	под молочным соусом(скумбрия)	20					328(2017)
	Картофельное пюре со слив. маслом	150	3,08	2,33	19,13	109,73	128(2017)
		7,5					
	Чай с лимоном	200	0,11	0,00	13,96	56,23	377(2017)
		7					
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
Итого за завтрак		**704,50**	**14,12**	**13,97**	**83,59**	**510,38**	
Обед	Икра кабачковая промышленная	60	0,00	4,20	4,20	54,00	ПК
	Борщ с картофелем	200	1,62	4,01	10,75	93,60	83(2017)
	со сметаной	10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
	Шницель натуральный рубленный	100	13,62	16,28	14,89	263,25	268(2017)
	с соусом сметанным с томатом	30					331(2017)
	Макароные изделия отварные со сливочным маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203(2017)
		7,5					
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	349(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Итого за обед		**797,50**	**23,53**	**30,88**	**115,82**	**837,72**	
Итого за день		**1502,00**	**37,65**	**44,85**	**199,41**	**1348,10**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	Икра свекольная	60	1,32	4,20	9,04	71,40	75(2017)
	Бефстроганов	50	13,68	20,79	4,61	261,00	250(2017)
		40					
	Макароные изделия отварные со сливочным маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203(2017)
		7,5					
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	13,76	55,13	375,376 (2017)
		15					
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
Итого за завтрак		**562,50**	**22,60**	**30,29**	**81,21**	**670,35**	
Обед	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80	96(2017)
	Птица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	288(2017)
	Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	143(2017)
	Груши свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
	Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	
Итого за обед		**870,00**	**37,17**	**13,91**	**112,11**	**697,87**	
Итого за день		**1432,50**	**59,77**	**44,20**	**193,32**	**1368,22**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,26	0,14	66,00	14(2017)
	Сыр Российский(порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15 (2017)
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	209(2017)
	Каша жид. молоч. манная со слив.маслом	150 15	3,98	4,28	18,98	130,73	181(2017)
	Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	2,10	18,00	72,00	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
Итого за завтрак		**605,00**	**14,75**	**22,54**	**68,02**	**512,83**	
Обед	Икра кабачковая промышленная	60	0,00	4,20	4,20	54,00	ПК
	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20	99(2017)
	со сметаной	10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
	Суфле из кур или бройлеров-цыплят с маслом сливочным	90 9	14,06	21,15	2,59	257,40	299(2017)
	Макароные изделия отварные со сливочным маслом	150 7,5	5,40	4,90	32,80	196,80	203(2017)
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	
Итого за обед		**916,5**	**23,715**	**36,4**	**110,66**	**866,77**	
Итого за день		**1521,50**	**38,47**	**58,94**	**178,68**	**1379,60**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 2							
День 7							
Завтрак	Нарезка из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	0,05	36,24	45(2017)
	Тефтеля из говядины	90	8,13	9,01	10,72	157,00	278(2017)
	с соусом сметанным с томатом	20					331(2017)
	Картофельное пюре со слив. маслом	150	3,08	2,33	19,13	109,73	128(2017)
		7,5					
	Чай с лимоном	200	0,11	0,00	13,96	56,23	377(2017)
		7					
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
Итого за завтрак		**614,50**	**14,41**	**13,69**	**96,86**	**574,24**	
Обед	Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
	Борщ с капустой картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	82 (2017)
	со сметаной	10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
	Плов из курицы	100	22,52	11,18	45,57	229,96	291(2017)
		150					
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	388(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
Итого за обед		**970,00**	**29,59**	**19,16**	**150,99**	**761,53**	
Итого за день		**1584,50**	**44,00**	**32,85**	**247,85**	**1335,77**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
День 8							
Завтрак	Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
	Мясо тушеное(говядина)	50 40	13,68	15,64	2,30	202,50	256(2017)
	Каша ячневая вязкая со сливочным маслом	150 5,0	3,35	3,63	22,00	132,39	303(2017)
	Кофейный напиток с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,00	ПК
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
Итого за завтрак		**585,00**	**21,31**	**21,14**	**95,48**	**644,13**	
Обед	Нарезка из свежего огурца	60	0,42	0,06	1,14	7,20	71 (2017)
	Суп картофельный макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60	103(2017)
	Шницель рыбный натуральный	105	13,21	14,64	8,72	219,54	235(2017)
	Картофельное пюре со слив. маслом	150 7,5	3,00	0,60	23,70	112,20	128(2017)
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	349(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
Итого за обед		**912,50**	**22,14**	**18,66**	**115,23**	**722,86**	
Итого за день		**1497,50**	**43,45**	**39,80**	**210,71**	**1366,99**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"_____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность	N рецептуры
Неделя 2							
День 9							
Завтрак	Птица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	288(2017)
	Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	143(2017)
	Чай с лимоном	200 7	0,11	0,00	13,96	56,23	377(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	ПК
	Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	ПК
Итого за завтрак		**537,00**	**35,42**	**10,81**	**85,49**	**555,39**	
Обед	Икра свекольная	60	1,32	4,20	9,04	71,40	75(2017)
	Суп картофельный с бобовыми(фасолью)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102(2017)
	Котлеты особые (из говядины)	90	12,41	16,08	12,93	247,50	269(2017)
	с соусом сметанным с томатом	30					331(2017)
	Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150 5,0	3,48	3,53	20,64	128,11	303(2017)
	Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389 (2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
Итого за обед		**925,00**	**25,30**	**29,03**	**111,74**	**806,93**	
Итого за день		**1462,00**	**60,72**	**39,84**	**197,23**	**1362,32**	

Сезон:лето-осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор
_____/_____/
"____"_____ 2022г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево		
Неделя 2							
День 10							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,00	14(2017)
	Сыр Российский(порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	15 (2017)
	Пудинг из творога (запечённый) со сгущеным молоком	150 20	22,27	15,40	0,66	392,44	222(2017)
	Чай с сахаром	200 15	0,10	0,00	13,76	55,13	375,376 (2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	338(2017)
Итого за завтрак		**570,00**	**26,43**	**22,76**	**41,19**	**635,09**	
Обед	Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,20	71 (2017)
	Борщ с фасолью картофелем	200	2,85	4,09	11,33	102,20	84(2017)
	со сметаной	10	0,13	1,00	0,17	11,25	ПК
	Гуляш из говядины	50 50	14,55	16,79	2,89	221,00	260(2017)
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочн. маслом	150 5,4	8,59	6,09	38,64	243,77	302(2017)
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342(2017)
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	ПК
	Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	ПК
	Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	ПК
Итого за обед		**805,40**	**29,24**	**28,65**	**136,19**	**921,06**	
Итого за день		**1375,40**	**55,67**	**51,41**	**177,38**	**1556,15**	
Среднее значение за период:		**1441,08**	**49,53**	**45,68**	**197,91**	**1376,10**	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ УСПЕНСКИЙ РАЙОН» АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ

	Норма по СанПин						
		выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
	Завтрак		Б	Ж	У		
	Итого за день по СанПиН	500	77,00	79,00	335,00	2350,00	
	завтрак 25 %		19,25	19,75	83,75	587,50	
	Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)	**534,35**	**22,03**	**19,55**	**83,71**	**592,66**	
	Обед:						
	Итого за день по СанПиН	700	77,00	79,00	335,00	2350	
	обед 35 %		26,95	27,65	117,25	822,50	
	Фактически обед (СРЕДНЕЕ)	**852,23**	**27,50**	**26,14**	**114,20**	**783,45**	
	Всего за 10 дней (по СанПиН)	1200	46,20	47,40	201,00	1410,00	
	Фактически завтрак и обед (СРЕДНЕЕ)	**1386,58**	**49,53**	**45,68**	**197,91**	**1376,10**	