

«УТВЕРЖДЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ООО КШП «Кубаночка-93»

Директор общеобразовательной организации



О.Л.Бахмет

ООО КШП «Кубаночка-93»

**Основное (организованное) меню**  
**для организации питания горячие завтраки( по родительской плате)**  
**обучающихся 12-18 лет в муниципальных общеобразовательных**  
**организациях муниципального образования город Краснодар**

Краснодар 2022

## ЗАВТРАКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

1 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно <sup>4</sup> (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
173,174,175-17	Каша вязкая молочная из круп с маслом сливочным <sup>1</sup> (пшеничная) 190/10	200	8,23	10,53	42,20	298,00
ТК	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60
ТК	Фрукты <sup>2</sup>	100	0,40	0,40	9,80	38,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>21,74</b>	<b>20,91</b>	<b>106,45</b>	<b>691,10</b>
2 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону <sup>3</sup>	120	1,32	0,24	4,56	26,40
451-04	Шницель говяжий	100	15,90	14,40	16,00	278,67
54-11,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
	<b>ИТОГО</b>	<b>660</b>	<b>25,09</b>	<b>21,78</b>	<b>83,02</b>	<b>649,05</b>
3 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционно <sup>4</sup> 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 <sup>5</sup> (кефир)	200	5,8	5	8	100,00
ТК	Фрукты <sup>2</sup>	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
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>29,02</b>	<b>28,95</b>	<b>78,57</b>	<b>711,00</b>
4 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону <sup>3</sup>	120	1,32	0,24	4,56	14,4
310-16	Вок Курица с овощами	200	11,20	20,60	37,50	286,67
ТК	Кисель из сушеных плодов <sup>2</sup> (курага)	200	0,89	0,06	32,75	122,00
ТК	Кондитерское изделие	20	2,30	1,80	5,10	67,00
ТК	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>21,01</b>	<b>24,00</b>	<b>118,41</b>	<b>672,57</b>
5 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону <sup>3</sup>	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
54-11,ТК	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28
389-17,ТК	Напиток витаминизированный <sup>9</sup>	180	0,90	0,00	18,18	76,32
ТК	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60
ТК	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>655</b>	<b>28,36</b>	<b>23,36</b>	<b>84,45</b>	<b>683,80</b>
	ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ		125,22	119,00	470,90	3407,52
	СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ		25,04	23,80	94,18	681,50
6 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
ТК	Овощи по-сезону <sup>3</sup>	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	Кисломолочный продукт <sup>5</sup> (кефир)	200	5,80	5,00	8,00	100,00
ТК	Фрукты свежие <sup>2</sup>	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
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>31,01</b>	<b>37,85</b>	<b>59,40</b>	<b>680,54</b>



7 день							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	
			Б	Ж	У		
TK	Салат по-сезону <sup>3</sup>	100	1,06	0,17	8,52	39,90	
210-03,TK	Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226,27	
TK	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	
TK	Кондитерское изделие <sup>8</sup>	20	2,70	4,10	13,00	102,50	
TK	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>30,60</b>	<b>18,57</b>	<b>96,24</b>	<b>658,17</b>	
8 день							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	
			Б	Ж	У		
234-17,TK	Котлета рыбная <sup>7</sup>	100	14,80	13,90	11,80	164,00	
518-04	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80	
389-17,TK	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32	
TK	Фрукты <sup>2</sup>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
TK	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>25,00</b>	<b>24,78</b>	<b>106,90</b>	<b>687,62</b>	
9 день							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	
			Б	Ж	У		
347-18	Котлеты Школьные (говядина и птица) с маслом сливочным 100/5	105	14,70	11,66	12,70	243,00	
TK	Каша рассыпчатая с овощами <sup>1</sup>	180	7,20	1,26	50,40	225,00	
TK	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00	
TK	Фрукты <sup>2</sup>	100	0,40	0,40	9,80	38,00	
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>26,27</b>	<b>14,24</b>	<b>111,40</b>	<b>680,70</b>	
10 день							
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал	
			Б	Ж	У		
TK	Овощи по сезону <sup>3</sup>	100	1,10	0,20	3,80	12,00	
TK	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40	
205-17	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08	
389-17	Сок натуральный <sup>9</sup>	180	0,90	0,00	18,18	76,32	
TK	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	
TK	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>33,42</b>	<b>21,82</b>	<b>93,65</b>	<b>694,50</b>	
	всего за 5 дней		146,30	117,26	467,59	3401,53	
	средняя за 5 дней		29,26	23,45	93,52	680,31	
	всего за 10 дней		271,52	236,26	938,49	6809,05	
	средняя		638	27,15	23,63	93,85	680,91

<sup>1</sup> Допускается приготовление блюда из других круп с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

<sup>2</sup> Допускается выдача иных фруктов в соответствии с сезоном

<sup>3</sup> Допускается выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном

<sup>4</sup> Допускается замена на сыр другого наименования (жирность 45%, полутвердый)

<sup>5</sup> Допускается выдача любого кисломолочного продукта с соблюдением энергетической ценности

<sup>6</sup> Возможно приготовление блюда из любых сушеных плодов с соблюдением энергетической ценности

<sup>7</sup> Возможно приготовление блюда из других видов рыбы, разрешенной в детском питании

<sup>8</sup> Допускается выдача других кондитерских изделий

<sup>9</sup> Допускается выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости и сохранении энергетической ценности