

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ООО КШП «Кубаночка-93»



ООО КШП «Кубаночка-93»

Основное (организованное) примерное циклическое меню

для учащихя общеобразовательных учреждений

горячие завтраки возрастной группа 5-11 классы,

в том числе: учащиея из многодетных семей, дети с ограниченными возможностями, дети-инвалиды.

на 2022-2023 учебный год

Город 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 | |
| ТК | Овощи по-сезону* | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 58,00 |
| 451-04 | Шницель говяжий | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 278,67 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| ТК | Чай с сахаром | 200/10 | 0,20 | 0,00 | 10,00 | 40,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 645 | 24,84 | 21,59 | 82,91 | 668,15 |

| 2 день | | | | | | |
|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 015-17 | Сыр порционно | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 108,00 |
| 362-04 | Пудинг из творога со сметаной | 180/20 | 15,55 | 18,39 | 30,13 | 394,67 |
| 386-17, ТК | Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 92,22 |
| ТК | Фрукты свежие** | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 81,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | ИТОГО | 585 | 33,41 | 33,59 | 85,38 | 800,09 |

| 3 день | | | | | | |
|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------------|---------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону* | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 58,00 |
| 54-12м-2020 | Плов с курицей | 50/150 | 27,20 | 7,91 | 34,71 | 319,07 |
| ТК | Кисель из сушеных плодов | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 154,60 |
| ТК | Фрукты свежие** | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 81,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 655 | 34,49 | 9,42 | 121,61 | 736,87 |

| 4 день | | | | | | |
|------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 15-017 | Сыр (порционно) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 54 |
| 173-17, 174-17, 175-17 | Каша вязкая молочная из крупы с маслом сливочным | 200/10 | 8,64 | 11,06 | 44,31 | 312,90 |
| ТК | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,60 |
| ТК | Фрукты свежие** | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 81,00 |
| тк | Сдоба обыкновенная | 50 | 3,88 | 2,36 | 23,55 | 131,00 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 25 | 1,75 | 0,50 | 12,50 | 59,75 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 560 | 23,92 | 21,88 | 128,56 | 791,75 |

| 5 день | | | | | | |
|---------------|--|--------------|----------------------|---------------|---------------|----------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| ТК | Овощи по-сезону* | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 58,00 |
| ТК | Рыба запеченная с маслом сливочным | 120/10 | 19,95 | 18,60 | 5,42 | 308,72 |
| 54-11г-20, ТК | Пюре картофельное | 200 | 4,26 | 6,94 | 26,40 | 185,86 |
| 389-17, ТК | Сок натуральный или напиток витаминизированный | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| ТК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| ТК | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | ИТОГО | 685 | 30,11 | 26,49 | 85,17 | 761,58 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 146,77 | 112,97 | 503,63 | 3758,44 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 29,35 | 22,59 | 100,73 | 751,69 |

| 6 день | | | | | | |
|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| TK | Овощи по-сезону* | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 58,00 |
| 210-03, TK | Рагу из филе птицы | 75/150 | 20,10 | 11,04 | 22,95 | 253,05 |
| TK | Какао с молоком | 200 | 3,67 | 2,50 | 12,40 | 106,70 |
| TK | Кондитерское изделие | 30 | 2,24 | 2,94 | 22,32 | 125,10 |
| TK | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| TK | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 610 | 30,91 | 17,43 | 90,82 | 667,05 |

| 7 день | | | | | | |
|-------------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| 234-17, TK | Котлета рыбная | 120 | 17,76 | 16,68 | 14,16 | 196,80 |
| 518-04 | Картофель отварной | 200 | 4,00 | 10,20 | 31,80 | 242,00 |
| 389-17, TK | Сок натуральный или напиток витаминизированный | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| TK | Фрукты свежие** | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 81,00 |
| TK | Хлеб пшеничный | 25 | 1,75 | 0,50 | 12,50 | 59,75 |
| TK | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 670 | 27,51 | 28,13 | 110,91 | 716,85 |

| 8 день | | | | | | |
|-------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| TK | Овощи по-сезону* | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 58,00 |
| 210-17 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 140/10 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 |
| 386-17, TK | Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 |
| TK | Фрукты свежие** | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 81,00 |
| TK | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| TK | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 605 | 26,14 | 31,28 | 64,79 | 652,86 |

| 9 день | | | | | | |
|-------------|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| TK | Овощи по-сезону* | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 58,00 |
| 431-04 | Печень по-строгановски | 75/50 | 20,05 | 19,20 | 2,26 | 261,18 |
| 205-17 | Макароны отварные с овощами | 200 | 6,89 | 7,99 | 38,03 | 251,20 |
| 389-17, TK | Сок натуральный или напиток витаминизированный | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 |
| TK | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| TK | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 680 | 32,84 | 28,14 | 93,64 | 779,38 |

| 10 день | | | | | | |
|-------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|
| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Ккал |
| | | | Б | Ж | У | |
| TK | Салат из свежих овощей* | 100 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 60,00 |
| 347-18 | Котлеты "Школьные" с маслом сливочным | 110/10 | 16,17 | 13,52 | 12,47 | 280,42 |
| TK | Каша рассыпчатая с овощами | 200 | 8,00 | 1,40 | 56,00 | 250,00 |
| TK | Чай с сахаром | 200/10 | 0,20 | 0,00 | 10,00 | 40,00 |
| TK | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 |
| TK | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 52,50 |
| | Итого | 685 | 28,77 | 15,87 | 107,22 | 754,62 |
| | ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ | | 146,17 | 120,85 | 467,38 | 3570,76 |
| | СРЕДНЯЯ ЗА 5 ДНЕЙ | | 29,23 | 24,17 | 93,48 | 714,15 |
| | ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | 6380 | 292,94 | 233,82 | 971,01 | 7329,20 |
| | СРЕДНЯЯ | 638 | 29,29 | 23,38 | 97,10 | 732,92 |

Овощи по-сезону* - допускается выдача любых овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном

Фрукты свежие** - допускается выдача любых фруктов в соответствии с сезоном