

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ООО КШП «Кубаночка-93»



ООО КШП «Кубаночка-93»

«СОГЛАСОВАНО»



## **Основное (организованное) примерное циклическое меню**

**для учащихся общеобразовательных учреждений**

**горячие обеды возрастная группа 5-11 классы,**

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

**на 2022-2023 учебный год**

Город Краснодар, 2022

**ОБЕДЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ**

1 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
TK	Салат по-сезону*	100	1,92	1,50	6,33	77,70
111-04	Борщ сибирский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/25/5	9,43	8,40	16,47	180,20
210-17	Омлет натуральный с маслом сливочным	200/10	19,90	32,25	3,71	401,15
TK	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50
TK	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
TK	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
	<b>Итого</b>	<b>950</b>	<b>41,68</b>	<b>46,25</b>	<b>105,35</b>	<b>1039,75</b>

  

2 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
135-04	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00
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
389-07, TK	Сок натуральный или напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80
TK	Кондитерское изделие	30	2,24	2,94	22,32	125,10
TK	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
	<b>Итого</b>	<b>990</b>	<b>39,44</b>	<b>35,45</b>	<b>144,00</b>	<b>1078,48</b>

  

3 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
139-04	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00
235-17	Шницель рыбный натуральный	120	15,62	12,49	9,52	242,88
54-11г-20	Пюре картофельное	200	4,26	6,94	26,40	185,86
TK	Какао с молоком	200	3,67	2,50	12,40	106,70
TK	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
	<b>Итого</b>	<b>955</b>	<b>36,81</b>	<b>28,45</b>	<b>119,41</b>	<b>959,64</b>

  

4 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
TK	Салат по-сезону*	100	1,92	1,50	6,33	77,70
110-04	Борщ с капустой и картофелем	250	1,70	5,10	10,30	93,00
54-5м-2020	Котлета куриная с маслом сливочным	110/10	22,32	5,76	15,04	205,28
TK	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,46	253,80
389-07, 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	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
	<b>Итого</b>	<b>1035</b>	<b>39,04</b>	<b>23,26</b>	<b>154,22</b>	<b>994,78</b>

  

5 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
015-17	Сыр порционнно	38	8,47	11,21	0,00	136,80
138-04	Суп картофельный с крупой	250	2,50	3,00	18,30	113,00
TK	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной	200/10	19,39	23,27	38,13	492,69
TK	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	20,00	85,00
TK	Фрукты свежие**	100	1,50	0,50	21,00	81,00
TK	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
	<b>Итого</b>	<b>893</b>	<b>37,69</b>	<b>38,82</b>	<b>139,32</b>	<b>1107,69</b>
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		<b>194,66</b>	<b>172,23</b>	<b>662,30</b>	<b>5180,34</b>
	<b>СРЕДНЯЯ за 5 дней</b>		<b>38,93</b>	<b>34,45</b>	<b>132,46</b>	<b>1036,07</b>

6 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
		250	3,56	4,59	18,79	144,25
108-17	Суп картофельный с клецками	110	18,24	15,00	16,72	306,54
268-17	Шницель говяжий	200	4,26	6,94	26,40	185,86
54-11г-20	Пюре картофельное	200/10	0,07	0,02	20,00	85,00
TK	Чай с сахаром	100	1,50	0,50	21,00	81,00
TK	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	955	33,39	27,87	144,80	1001,85
	<b>ИТОГО</b>					
7 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
		100	1,30	0,10	6,90	58,00
TK	Овощи по сезону*	250	1,26	3,50	5,00	56,60
93-18	Борщ из свежей капусты	50/150	21,60	21,20	37,73	349,33
443-04, TK	Плов из говядины или птицы	200	0,12	0,00	35,76	145,08
350-17, TK	Кисель из свежих плодов	22	1,64	2,16	16,37	91,74
TK	Кондитерское изделие	100	1,50	0,50	21,00	81,00
TK	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	957	33,18	28,28	164,65	980,95
	<b>ИТОГО</b>					
8 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
		100	1,30	0,10	6,90	58,00
TK	Овощи по сезону*	250	2,70	2,90	9,90	77,00
147-04	Суп с макаронными изделиями	140	19,04	31,78	29,96	312,20
TK	Птица запеченная	200	8,60	13,80	49,60	366,00
302-17	Каша рассыпчатая	200	1,00	0,00	20,20	84,80
389-07, TK	Сок натуральный или напиток витаминизированный	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	975	38,40	49,40	158,45	1097,20
	<b>ИТОГО</b>					
9 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
		38	8,47	11,21	0,00	136,80
015-07	Сыр порционнно	25/250	2,00	2,40	14,80	90,00
137-04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/10	14,77	17,47	28,62	374,94
362-04	Пудинг из творога со сметаной	200	3,17	2,78	15,95	100,50
TK	Кофейный напиток	100	1,50	0,50	21,00	81,00
TK	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	30	1,68	0,36	14,82	69,60
TK	Хлеб ржано-пшеничный	883	35,39	35,12	119,79	970,84
	<b>ИТОГО</b>					
10 день						
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Ккал
			Б	Ж	У	
		100	1,92	1,50	6,33	77,70
TK	Салат по-сезону*	250	1,70	5,10	10,30	93,00
110-04	Борщ с капустой и картофелем	120/10	19,95	18,60	5,42	308,72
TK	Рыба запеченная с маслом сливочным	200	4,00	10,20	31,80	242,00
518-04	Картофель отварной	200	1,00	0,00	20,20	84,80
389-07, TK	Сок натуральный или напиток витаминизированный	100	1,50	0,50	21,00	81,00
TK	Фрукты свежие**	50	3,80	0,40	24,60	118,00
TK	Хлеб пшеничный	35	1,96	0,42	17,29	81,20
TK	Хлеб ржано-пшеничный	935	35,83	36,72	136,94	1086,42
	<b>ИТОГО</b>		176,19	177,39	724,63	5137,26
	<b>ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ</b>		35,24	35,48	144,93	1027,45
	<b>СРЕДНЯЯ за 5 дней</b>	9528	370,85	349,62	1386,93	10317,60
	<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>	952,8	37,09	34,96	138,69	1031,76
	<b>СРЕДНЯЯ</b>					

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