

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Директор

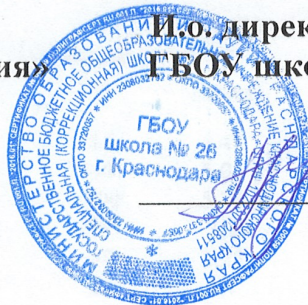
ООО «Комбинат здорового питания»

И.о. директора

ГБОУ школа № 26 г. Краснодара



В.В. Маматова



А. А. Козлова

Основное (организационное)

МЕНЮ

/весеннее – осеннее/

для организации питания обучающихся
в Государственном бюджетном
общеобразовательном учреждении
специальная (коррекционная) школа
город Краснодар

Краснодар
2025 год

Возрастная категория от 7 до 11 лет. Завтрак.

Неделя 1

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
209, 2017	Яйцо вареное	40	5,04	3,8	0,28	57,2
84, 2004	Каша молочная «Дружба»	150	3,87	5,12	21,67	146,35
379, 2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,74	28,32	150,65
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	540	16,49	12,96	87,07	523,3

Неделя 1

День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
ттк 25	Салат из свежих овощей по сезону	60	1,38	3,5	7,69	61,83
171, 2017	Каша гречневая с мясом	150	18,41	13,94	35,56	293
376, 2017	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,01	56,62
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	560	24,27	18,77	94,06	580,55

Неделя 1

День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
15, 2017	Сыр	15	3,48	4,43	0	54,6
ттк 25	Запеканка «Зебра» с сах. пудрой	155	6,76	22,3	42,95	386,77
377, 2017	Чай с лимоном	200	0,23	0,04	6,72	29,46
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	500	13,65	27,21	75,51	584,33

Неделя 1

День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
133, 2017	Кукуруза консервированная	60	1,16	2,46	8,82	56,31
210, 2017	Омлет натуральный	150	16,53	21,59	3,16	258,53
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	560	23,97	25,55	71,08	581,94

Неделя 1

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
13, 2017	Овощи натуральные свежие	60	0,48	0,18	1,14	8,40
ттк 27	Гратен из картофеля с рыбой	150	22,86	14,69	14,51	240,76
382, 2017	Какао с молоком	180	3,42	2,49	30,7	159,5
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	540	31,86	18,48	82,79	577,76
Всего за 5 дней питания		2700	110,44	103,15	410,87	2847,88
Средние показатели за 5 дней питания		540	22,088	20,63	82,174	569,576

Неделя 2

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
209, 2017	Яйцо вареное	40	5,04	3,8	0,28	57,2
174, 2017	Каша молочная вязкая рисовая	150	4,48	5,52	34,34	201,38
379, 2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,74	28,32	150,65
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	540	17,6	13,16	98,44	574,33

Неделя 2

День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
139, 2002	Салат из свежих овощей по сезону	70	0,51	5,16	7,94	78,09
ттк 41	Паста сливочная с птицей	180	12,71	11,58	40,02	268,03
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	500	18,6	18,04	96,76	580,22

Неделя 2

День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
15, 2017	Сыр	15	3,48	4,43	0	54,6
ттк 67	Маковка нежная со сгущенным молоком	155	5,3	7,6	35,53	230,27
382, 2017	Какао с молоком	200	3,52	2,62	27,64	148,88
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	500	15,48	15,09	89,01	547,25

Неделя 2

День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
12, 2017	Овощи натуральные свежие	80	0,83	0,08	1,2	9,75
ттк 61	Омлет с картофелем запеченный	150	11,97	15,93	10,05	232,93
377, 2017	Чай с лимоном	200	0,23	0,04	6,72	29,46
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 8	Вафли	20	0,78	6,12	12,74	108,4
	Итого	520	18,06	23,19	59,91	516,89

Неделя 2

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
9, 2004	Салат из свежих овощей по сезону	70	0,47	6,1	6,99	83,24
265, 2017	Плов с говядиной	150	12,56	11,32	33,87	271,25
376, 2017	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,01	56,62
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	570	17,51	18,75	91,67	580,21

Всего за 5 дней питания	2630	87,25	88,23	435,79	2798,9
Средние показатели за 5 дней питания	525	17,45	17,646	87,158	559,78
Всего за 10 дней питания	5330	197,69	191,38	846,66	5646,78
Средние показатели за 10 дней питания	533	19,769	19,138	84,666	564,678

Примечание (допускается):

- 1 — замена на сыр (жирность 45%, полутвердый) другого наименования, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 2 — приготовление блюд из другой крупы, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 3 — выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 4 — выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 5 — приготовление блюд из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 6 — выдача сока натурального из разных плодов или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 7 — приготовление блюд из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 8 — выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 9 — приготовление блюд из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности.

Неделя 1
День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
13, 2017	Овощи натуральные свежие	60	0,48	0,18	1,14	8,4
ттк 11	Борщ кубанский с фасолью	200	3,85	4,29	17,37	116,16
ттк 63	Наггетсы куриные	90	19,74	13,52	6,4	193,66
204, 2017	Макароны отварные с сыром	150	8,21	7,82	36,08	197,69
342, 2017	Компот из свежих плодов	200	0,26	0,16	28,47	114,36
ттк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	860	38,18	27,15	130,14	818,87

Неделя 1
День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
12, 2017	Овощи натуральные свежие	60	0,66	0,12	3,12	14,4
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	7,73	6,41	16,49	148,65
ттк 59	Котлета «Дружба» (птица, рыба)	90	13,79	7,72	10,64	110,59
310, 2017	Картофель отварной с зеленью	150	3,06	4,26	26,82	141,54
349, 2017	Кисель из сухофруктов	200	0,27	0,06	37,29	151,16
ттк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Вафли	20	0,78	6,12	12,74	108,4
	Итого	805	31,03	25,67	137,48	820,34

Неделя 1
День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
9, 2004	Салат из свежих овощей по сезону	80	0,63	8,63	8,72	113,1
82, 2017	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,14	11,52	82,86
290, 2017	Птица тушеная в сметанном соусе	100	13,12	6,58	3,59	125,48
171, 2017	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,36	10,68	45,5	251,33
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
ттк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	790	29,71	31,41	123,31	820,37

Неделя 1
День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
45, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	60	0,9	3,46	7,12	59,75
102, 2017	Суп картофельный с горохом	200	4,94	4,38	18,47	108,17
268, 2017	Биточки из говядины	90	16,13	16,13	16,61	176,59
128, 2017	Картофельное пюре	150	3	5,6	26,55	115,45
349, 2017	Компот из смеси с сухофруктов	200	0,44	0,1	31,76	130,4
ттк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 8	Печенье	25	1,88	2,45	19,18	84,25
	Итого	785	32,03	33,1	150,07	820,21

Неделя 1

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
45, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	70	0,47	6,1	6,99	83,24
96, 2017	Рассольник Ленинградский	200	2,22	5,35	15,23	112,95
271, 2017	Котлеты домашние	90	13,93	19,49	10,93	194,59
171, 2017	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,67	7,27	41,28	167,02
342, 2017	Компот из свежих плодов	200	0,26	0,16	28,47	114,36
ттк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	770	28,29	39,35	133,28	817,76

Всего за 5 дней питания

Средние показатели за 5 дней питания

4010 159,24 156,68 674,28 4097,55
802 31,848 31,336 134,856 819,51

Неделя 2

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
23, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	80	0,83	4,13	4,40	62
108, 2017	Суп картофельный с клецками	200	1,91	3,18	13,09	84,7
178, 2004	Шницель припущенный из птицы	90	14,81	7,68	9,49	129,62
305, 2017	Рис припущенный с овощами	150	3,59	10,14	36,9	174,68
342, 2017	Компот из свежих плодов	200	0,56	0,32	34,43	101,15
ттк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Вафли	20	0,78	6,12	12,74	108,4
	Итого	790	27,16	32,55	141,43	798,67

Неделя 2

День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
28, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	80	1,18	4,05	2,21	73,67
тк 11	Борщ кубанский с фасолью	200	3,85	4,29	17,37	116,16
тк 59	Котлета «Дружба» (птица, рыба)	90	13,79	7,72	10,64	126,59
127, 2017	Картофельное пюре	160	3,53	7,15	26,01	175,15
349, 2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,1	31,76	130,4
тк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	880	27,93	24,69	129,97	789,34

Неделя 2

День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
13, 2017	Овощи натуральные свежие	60	0,48	0,18	1,14	9,66
102, 2017	Суп картофельный с горохом	200	4,94	4,38	18,47	108,17
260, 2017	Гуляш из говядины	90	15,91	15,55	4,36	139,38
305, 2017	Рис припущенный	150	3,75	2,71	40,83	196,32
350, 2017	Кисель из свежих плодов	200	0,56	0,24	32,51	133,75
тк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тк 8	Печенье	25	1,88	2,45	19,18	84,25
	Итого	785	32,26	26,49	146,87	815,87

Неделя 2

День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
45, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	60	0,9	3,46	7,12	59,75
104, 2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/25	7,73	6,41	16,49	148,65
330, 2017	Рыба запеченная в сметанном соусе	90	18,51	22,34	7,85	157,08
126, 2017	Картофель отварной с зеленью	150	3,06	4,26	26,82	149,54
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
тк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	885	36,74	38,25	123,86	809,62

Неделя 2

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
133, 2017	Кукуруза консервированная	60	1,16	2,46	8,82	56,31
96, 2017	Рассольник Ленинградский	200	2,22	5,35	15,23	112,95
тк 63	Неггетсы куриные	90	19,74	13,52	6,4	193,66
203, 2017	Макаронные отварные с сыром	150	8,21	7,82	36,08	197,69
350, 2017	Кисель из свежих плодов	200	0,26	0,16	28,47	114,36
тк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	760	36,33	30,29	125,38	820,57

Всего за 5 дней питания	4100	160,42	152,27	667,51	4034,07
Средние показатели за 5 дней питания	820	32,084	30,454	133,502	806,814
Всего за 10 дней питания	8110	319,66	308,95	1341,79	8131,62
Средние показатели за 10 дней питания	811	31,966	30,895	134,179	813,162

Примечание (допускается):

- 1 — замена на сыр (жирность 45%, полутвердый) другого наименования, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 2 — приготовление блюд из другой крупы, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 3 — выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 4 — выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 5 — приготовление блюд из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 6 — выдача сока натурального из разных плодов или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 7 — приготовление блюд из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 8 — выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 9 — приготовление блюд из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности.

Таблица выполнения норм питания за 10 дней

СанПин 2.3/2.4.3590-20
Дети от 7 до 11 лет, завтрак, 25%

наименование	всего	норма	на 1 реб.	отклонение
сахар	7,50	7,50	7,50	0
молоко	75,00	75,00	75,00	0
сметана	2,50	2,50	2,50	0
творог	12,50	12,50	12,50	0
сыр	2,50	2,50	2,50	0
масло сливочное	7,50	7,50	7,50	0
масло растительное	3,75	3,75	3,75	0
мясо говядина	17,50	17,50	17,50	0
мясо птицы	8,75	8,75	8,75	0
рыба (филе), в т.ч. м/с и с/с	14,50	14,50	14,50	0
яйцо	0,25	0,25	0,25	0
крупы, бобовые	11,25	11,25	11,25	0
макароны	3,75	3,75	3,75	0
фрукты свежие	46,25	46,25	46,25	0
фрукты сухие	3,75	3,75	3,75	0
соки плодовоощные, напитки витаминизированные	50,00	50,00	50,00	0
мука пшеничная	3,75	3,75	3,75	0
кондитерские изделия	2,50	2,50	2,50	0
хлеб пшеничный	37,50	37,50	37,50	0
хлеб ржаной	20,00	20,00	20,00	0
картофель	46,75	46,75	46,75	0
овощи	70,00	70,00	70,00	0
дрожжи	0,05	0,05	0,05	0
чай	0,25	0,25	0,25	0
кофейный напиток	0,50	0,50	0,50	0
какао-порошок	0,25	0,25	0,25	0
соль йодированная пищевая	0,75	0,75	0,75	0
кисломолочные продукты	37,50	37,50	37,50	0
крахмал	0,75	0,75	0,75	0
специи	0,50	0,50	0,50	0

Таблица выполнения норм питания за 10 дней

СанПин 2.3/2.4.3590-20
Дети от 7 до 11 лет, обед, 35%

наименование	всего	норма	на 1 реб.	отклонение
сахар	10,50	10,50	10,50	0
молоко	105,00	105,00	105,00	0
сметана	3,50	3,50	3,50	0
творог	17,50	17,50	17,50	0
сыр	3,50	3,50	3,50	0
масло сливочное	10,50	10,50	10,50	0
масло растительное	5,25	5,25	5,25	0
мясо говядина	24,50	24,50	24,50	0
мясо птицы	12,25	12,25	12,25	0
рыба (филе), в т.ч. м/с и с/с	20,30	20,30	20,30	0
субпродукты	10,50	10,50	10,50	0
яйцо	0,35	0,35	0,35	0
крупы, бобовые	15,75	15,75	15,75	0
макароны	5,25	5,25	5,25	0
фрукты свежие	64,75	64,75	64,75	0
фрукты сухие	5,25	5,25	5,25	0
соки плодовоощные, напитки витаминизированные	70,00	70,00	70,00	0
мука пшеничная	5,25	5,25	5,25	0
кондитерские изделия	3,50	3,50	3,50	0
хлеб пшеничный	52,50	52,50	52,50	0
хлеб ржаной	28,00	28,00	28,00	0
картофель	65,45	65,45	65,45	0
овощи	98,00	98,00	98,00	0
дрожжи	0,07	0,07	0,07	0
чай	0,35	0,35	0,35	0
кофейный напиток	0,70	0,70	0,70	0
какао-порошок	0,35	0,35	0,35	0
соль йодированная пищевая	1,05	1,05	1,05	0
кисломолочные продукты	52,50	52,50	52,50	0
крахмал	1,05	1,05	1,05	0
специи	0,70	0,70	0,70	0

Список литературы:

1. Сборник рецептов и технологических карт на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях в редакции М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. 2017г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, 3-е издание переработанное и дополненное, А.В. Румянцев. Изд. «Дело и сервис», 2002г.
3. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений в 2-х частях под редакцией доц. Л.С Коровка, доц. И.И. Добросеродова и др., 2004г.
4. СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
5. Методические рекомендации.

Директор ООО «Комбинат здорового питания»

_____ В.В. Маматова

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Директор

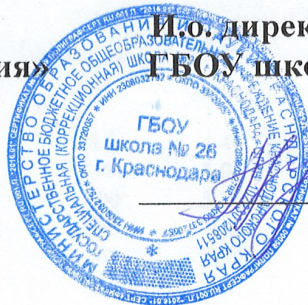
ООО «Комбинат здорового питания»

И.о. директора

ГБОУ школа № 26 г. Краснодара



В.В. Маматова



А. А. Козлова

Основное (организационное)

МЕНЮ

/весеннее – осеннее/

для организации питания обучающихся
в Государственном бюджетном
общеобразовательном учреждении
специальная (коррекционная) школа
город Краснодар

Краснодар
2025 год

Возрастная категория от 12 лет и старше. Завтрак.

Неделя 1

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
15, 2017	Сыр	15	3,48	4,43	0	54,6
209, 2017	Яйцо вареное	40	5,04	3,8	0,28	57,2
84, 2004	Каша молочная «Дружба»	200	5,73	6,91	30,99	206,18
379, 2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,74	28,32	150,65
тк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	555	21,83	19,18	96,39	637,73

Неделя 1

День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
тк 25	Салат из свежих овощей по сезону	100	1,82	6,14	12,29	107,15
171, 2017	Каша гречневая с мясом	200	24,62	18,59	47,41	341,69
376, 2017	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,01	56,62
тк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	650	30,92	26,06	110,51	674,56

Неделя 1

День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
15, 2017	Сыр	15	3,48	4,43	0	54,6
тк 25	Запеканка «Зебра» с сах. пудрой	200	8,83	29,73	57,45	375,03
377, 2017	Чай с лимоном	200	0,23	0,04	6,72	29,46
тк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
тк 5	Фрукты свежие (апельсины)	100	0,9	0,2	10,3	43,0
тк 5	Вафли	20	1,7	6,12	12,74	108,4
	Итого	565	17,42	40,76	102,75	679,99

Неделя 1

День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
133, 2017	Кукуруза консервированная	100	1,94	4,1	14,7	93,85
210, 2017	Омлет с морковью	200	15,41	20,2	8,93	183,6
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
тк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
тк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	650	23,63	25,8	82,73	544,55

Неделя 1

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
13, 2017	Овощи свежие по сезону	100	0,8	0,3	1,9	14,0
ттк 27	Гратен из картофеля с рыбой	200	30,81	20,03	19,36	344,82
382, 2017	Какао с молоком	200	3,52	2,62	27,64	148,88
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	650	49,51	24,25	85,1	676,8
Всего за 5 дней питания		3070	134,51	136,05	366,97	3213,63
Средние показатели за 5 дней питания		614	26,662	27,21	73,394	642,726

Неделя 2

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
209, 2017	Яйцо вареное	40	5,04	3,8	0,28	57,2
174, 2017	Каша молочная вязкая рисовая	200	6,09	6,21	45	205,54
379, 2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,74	28,32	150,65
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	590	19,21	13,85	109,1	578,49

Неделя 2

День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
139, 2002	Салат из свежих овощей по сезону	100	0,72	7,22	11,25	109,89
ттк 41	Паста сливочная с птицей	200	13,36	15,3	43,18	345,84
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	550	19,46	23,82	103,23	679,83

Неделя 2

День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
15, 2017	Сыр	15	3,48	4,43	0	54,6
ттк 67	Маковка нежная со сгущенным молоком	200	7,45	9,86	45,84	242,3
382, 2017	Какао с молоком	200	3,52	2,62	27,64	148,88
ттк 1	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	18,13	82,25
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
ттк 8	Печенье	25	1,88	2,45	19,18	104,25
	Итого	570	19,89	19,84	121,09	675,28

Неделя 2

День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
12, 2017	Овощи свежие по сезону	100	1,1	0,2	5,2	24,0
ттк 61	Омлет с картофелем запеченый	200	15,97	20,29	13,15	301,21
377, 2017	Чай с лимоном	200	0,23	0,04	6,72	29,46
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 8	Вафли	20	0,78	6,12	12,74	108,4
	Итого	570	22,06	27,55	63,01	581,17

Неделя 2

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
9, 2004	Салат из свежих овощей по сезону	100	0,79	10,18	11,44	137,95
265, 2017	Плов с говядиной	200	15,2	15,4	38,6	354,4
376, 2017	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,01	56,62
ттк 1	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	15,54	70,5
ттк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
ттк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	650	17,51	18,75	91,67	590,21

Всего за 5 дней питания	2930	98,13	103,81	488,10	3108,98
Средние показатели за 5 дней питания	586	19,626	20,762	97,62	621,796
Всего за 10 дней питания	6000	232,64	239,86	855,07	6322,61
Средние показатели за 10 дней питания	600,0	23,264	23,986	85,507	632,261

Примечание (допускается):

- 1 — замена на сыр (жирность 45%, полутвердый) другого наименования, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 2 — приготовление блюд из другой крупы, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 3 — выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 4 — выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 5 — приготовление блюд из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 6 — выдача сока натурального из разных плодов или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 7 — приготовление блюд из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 8 — выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 9 — приготовление блюд из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности.

Возрастная категория от 12 лет и старше. Обед.

Неделя 1
День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
13, 2017	Овощи свежие по сезону	100	0,8	0,3	1,9	14,0
тгк 11	Борщ кубанский с фасолью	250	4,8	5,36	21,66	144,97
тгк 63	Наггетсы куриные	100	21,9	15,21	7,11	205,66
204, 2017	Макароны отварные с сыром	180	9,86	9,53	43,29	280,55
342, 2017	Компот из свежих плодов	200	0,26	0,16	28,47	114,36
тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тгк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,9	0,2	10,3	43,0
	Итого	990	43,26	31,74	143,11	948,14

Неделя 1
День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
12, 2017	Овощи свежие по сезону	100	1,1	0,2	5,2	24,0
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	10,42	9,06	20,53	197,9
тгк 59	Котлета «Дружба» (птица, рыба)	100	15,29	8,56	12,05	185,69
310, 2017	Картофель отварной с зеленью	180	3,68	5,08	32,05	178,77
349, 2017	Кисель из сухофруктов	200	0,27	0,06	37,29	151,16
тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	915	35,50	23,84	137,50	866,12

Неделя 1
День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
9, 2004	Салат из свежих овощей по сезону	100	0,79	10,18	11,44	137,95
82, 2017	Борщ с капустой и картофелем	250	2,07	6,27	15,46	119,31
290, 2017	Птица тушеная в сметанном соусе	125	16,44	8,7	4,48	161,23
171, 2017	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,98	12,94	54,33	279,31
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	915	35,42	39,47	139,69	945,40

Неделя 1
День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
45, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	100	1,51	6,09	12,24	104,1
102, 2017	Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,49	23,37	160,4
268, 2017	Биточки из говядины	100	17,61	17,11	17,22	188,74
128, 2017	Картофельное пюре	180	3,98	12,85	28,1	136,07
349, 2017	Компот из смеси с сухофруктов	200	0,44	0,1	31,76	130,4
тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тгк 8	Печенье	25	1,88	2,45	19,18	84,25
	Итого	915	36,36	45,07	162,25	949,56

Неделя 1
День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
45, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	100	0,79	10,18	11,44	137,95
96, 2017	Рассольник Ленинградский	250	2,73	6,43	18,98	138,36
271, 2017	Котлеты домашние	100	14,68	22,02	12,03	204,1
171, 2017	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,96	8,86	49,25	206,43
342, 2017	Компот из свежих плодов	200	0,26	0,16	28,47	114,36
тتك 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тتك 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	890	31,16	48,63	150,55	946,80
Всего за 5 дней питания		4625	181,70	188,75	733,10	4656,02
Средние показатели за 5 дней питания		925	36,34	37,75	146,62	931,204

Неделя 2
День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
23, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	100	1,09	6,19	6,27	97,09
108, 2017	Суп картофельный с клецками	250	2,41	3,98	16,57	106,81
178, 2004	Шницель припущенный из птицы	100	16,17	8,72	10,69	113,97
305, 2017	Рис припущенный с овощами	180	4,26	11,96	43,87	235,05
342, 2017	Компот из свежих плодов	200	0,56	0,32	34,43	136,15
тتك 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тتك 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тتك 5	Вафли	20	0,78	6,12	12,74	108,4
	Итого	910	30,02	38,27	154,95	926,39

Неделя 2
День 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
28, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	100	1,71	5,81	3,11	86,94
тتك 11	Борщ кубанский с фасолью	250	4,8	5,36	21,66	144,97
тتك 59	Котлета «Дружба» (птица, рыба)	100	15,29	8,56	12,05	185,69
127, 2017	Картофельное пюре	200	4,44	14,45	31,27	204,0
349, 2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,1	31,76	130,4
тتك 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тتك 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тتك 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	1010	31,82	35,66	141,83	927,02

Неделя 2
День 3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
13, 2017	Овощи свежие по сезону	100	0,8	0,3	1,9	14,0
102, 2017	Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,49	23,37	161,4
260, 2017	Гуляш из говядины	120	19,08	18,66	5,01	247,31
305, 2017	Рис припущенный	180	4,53	3,54	49,31	239,56
350, 2017	Кисель из свежих плодов	200	0,56	0,24	32,51	133,75

тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	910	35,91	29,21	142,48	941,62

Неделя 2
День 4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
45, 2017	Салат из свежих овощей по сезону	100	1,51	6,09	12,24	104,1
104, 2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	10,42	9,06	20,53	165,9
330, 2017	Рыба запеченная в сметанном соусе	100	20,53	24,91	8,8	225,18
126, 2017	Картофель отварной с зеленью	180	3,68	5,08	32,05	158,77
389, 2017	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	23,6	102,0
тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
тгк 5	Фрукты свежие по сезону	100	0,4	0,4	11,6	47,0
	Итого	1015	42,68	46,92	139,20	945,55

Неделя 2
День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
133, 2017	Кукуруза консервированная	100	1,94	4,1	14,7	93,85
96, 2017	Рассольник Ленинградский	250	2,73	6,43	18,98	138,36
тгк 63	Неггетсы куриные	100	21,9	15,21	7,11	215,66
203, 2017	Макароны отварные с сыром	180	9,86	9,53	43,29	240,55
350, 2017	Кисель из свежих плодов	200	0,26	0,16	28,47	114,36
тгк 1	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	20,72	94,0
тгк 1	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,66	51,6
	Итого	890	41,43	36,41	142,93	948,38

Всего за 5 дней питания	4735	181,86	186,47	722,24	4688,96
Средние показатели за 5 дней питания	947	36,372	37,294	144,448	937,792
Всего за 10 дней питания	9360	363,56	375,22	1451,14	9344,98
Средние показатели за 10 дней питания	936	36,356	37,522	145,114	934,498

Примечание (допускается):

- 1 — замена на сыр (жирность 45%, полутвердый) другого наименования, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 2 — приготовление блюд из другой крупы, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 3 — выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 4 — выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 5 — приготовление блюд из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 6 — выдача сока натурального из разных плодов или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 7 — приготовление блюд из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 8 — выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности;
- 9 — приготовление блюд из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности.

Таблица выполнения норм питания за 10 дней

СанПин 2.3/2.4.3590-20
Дети 12 лет и старше, завтрак, 25%

наименование	всего	норма	на 1 реб.	отклонение
сахар	8,75	8,75	8,75	0
молоко	87,5	87,5	87,5	0
сметана	2,5	2,5	2,5	0
творог	15	15	15	0
сыр	3,75	3,75	3,75	0
масло сливочное	8,75	8,75	8,75	0
масло растительное	4,5	4,5	4,5	0
мясо говядина	19,5	19,5	19,5	0
мясо птицы	13,25	13,25	13,25	0
рыба (филе), в т.ч. м/с и с/с	19,25	19,25	19,25	0
яйцо	0,25	0,25	0,25	0
крупы, бобовые	12,5	12,5	12,5	0
макароны	5	5	5	0
фрукты свежие	46,25	46,25	46,25	0
фрукты сухие	5	5	5	0
соки плодовоощные, напитки витаминизированные	50	50	50	0
мука пшеничная	5	5	5	0
кондитерские изделия	3,75	3,75	3,75	0
хлеб пшеничный	50	50	50	0
хлеб ржаной	30	30	30	0
картофель	46,75	46,75	46,75	0
овощи	80	80	80	0
дрожжи	0,075	0,075	0,075	0
чай	0,5	0,5	0,5	0
кофейный напиток	0,5	0,5	0,5	0
какао-порошок	0,3	0,3	0,3	0
соль йодированная пищевая	1,25	1,25	1,25	0
кисломолочные продукты	45	45	45	0
крахмал	0,75	0,75	0,75	0
специи	0,5	0,5	0,5	0

Таблица выполнения норм питания за 10 дней

СанПин 2.3/2.4.3590-20
Дети 12 лет и старше, обед, 35%

наименование	всего	норма	на 1 реб.	отклонение
сахар	12,25	12,25	12,25	0
молоко	122,5	122,5	122,5	0
сметана	3,5	3,5	3,5	0
творог	21	21	21	0
сыр	5,25	5,25	5,25	0
масло сливочное	12,25	12,25	12,25	0
масло растительное	4,5	4,5	4,5	0
мясо говядина	27,3	27,3	27,3	0
мясо птицы	18,55	18,55	18,55	0
рыба (филе), в т.ч. м/с и с/с	26,95	26,95	26,95	0
субпродукты	14	14	14	0
яйцо	0,35	0,35	0,35	0
крупы, бобовые	17,5	17,5	17,5	0
макароны	7	7	7	0
фрукты свежие	64,75	64,75	64,75	0
фрукты сухие	7	7	7	0
соки плодовоощные, напитки витаминизированные	70	70	70	0
мука пшеничная	7	7	7	0
кондитерские изделия	5,25	5,25	5,25	0
хлеб пшеничный	70	70	70	0
хлеб ржаной	42	42	42	0
картофель	65,45	65,45	65,45	0
овощи	112	112	112	0
дрожжи	0,105	0,105	0,105	0
чай	0,7	0,7	0,7	0
кофейный напиток	0,7	0,7	0,7	0
какао-порошок	0,42	0,42	0,42	0
соль йодированная пищевая	1,75	1,75	1,75	0
кисломолочные продукты	63	63	63	0
крахмал	1,4	1,4	1,4	0
специи	0,7	0,7	0,7	0

Список литературы:

1. Сборник рецептов и технологических карт на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях в редакции М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. 2017г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, 3-е издание переработанное и дополненное, А.В. Румянцев. Изд. «Дело и сервис», 2002г.
3. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений в 2-х частях под редакцией доц. Л.С Коровка, доц. И.И. Добросеродова и др., 2004г.
4. СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
5. Методические рекомендации.

Директор ООО «Комбинат здорового питания»

_____ В.В. Маматова